

«Давай поиграем» - игры для родителей и детей в период самоизоляции

В течение длительного времени мы и наши дети оказались в замкнутом пространстве, обретя долгожданную возможность насладиться общением друг с другом. Чем занять себя и детей, как наполнить эти дни приятным и полезным содержанием? Разговоры «по душам», интерес друг к другу, совместные дела и отдых. А еще можно и нужно вместе играть, рисовать, лепить, делать интересные поделки.

Однако большинство детей приступило к дистанционному обучению в школе и в учреждениях дополнительного образования, и сразу характер общения во многих семьях изменился. Заботы и проблемы, связанные с необходимостью выполнять большой объем заданий, осложнили наши взаимоотношения.

Как помочь детям и себе в сложившихся обстоятельствах? Как не поспорить и сохранить мир в семье в условиях временной самоизоляции? Мы предлагаем Вам играть с детьми, конечно же, сообразуясь с режимом и расписанием занятий.

Игра - это прекрасный способ отдохнуть и переключить внимание с одного вида деятельности на другой, разгрузить нервную систему и активизировать умственные способности. Попробуйте играть с детьми на «переменах» и по мере возникновения усталости, это поможет Вам и ребенку укрепить ваши взаимоотношения, эмоциональную связь.

Предлагаем Вам несколько игр, которые вы можете провести как в перерывах между занятиями с целью разгрузки, так и при возникновении нежелательной для вас ситуации - непослушания, импульсивного поведения ребенка.

«Разговор с руками»

Цель игры: научить детей контролировать свои действия.

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики.

После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и их хозяином.

Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

«Пожалуйста»

Цел игры: развитие умения контролировать импульсивные действия (начинать играть только после того, как сложная ситуация разрешилась, и Вы, и ребенок успокоились, мир восстановлен).

Скажите ребенку следующее. «Я буду задавать тебе простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Пожалуйста!» Давай потренируемся: «Какое сейчас время года?» (делается пауза) «Пожалуйста!»; «Какого цвета у нас в комнате потолок?»... «Пожалуйста!»; «Какой сегодня день недели?»... «Пожалуйста!»; «Сколько будет два плюс три?» и т. д.»

«Сурдоперевод»

Игра подходит для отдыха во время «переменки», при усталости и снижении настроения.

Нужны 2 пары играющих (или больше). Играют поочередно. Каждый из пары выступает по очереди в роли дикторов и сурдопереводчиков. Пока один из партнёров читает стихотворение (или прозу), другой находится рядом и выступает в роли сурдопереводчика – передаёт при помощи мимики и жестов содержание текста. Дети весело реагируют на несоответствие содержания текста и жестов, можно намеренно «ошибаться», выполняя движения руками.

Желаем Вам приятных и полезных совместных игр, позитивного и доброжелательного настроения!

Педагог-психолог

Абакумова И.Ю.