

Консультация для родителей «Волшебные игры перед сном»

Целый день малыш проводит в большой, шумной компании, к концу дня он очень устает, напряжение прорывается слезами, криками, капризами. Ребенку Важно помочь выговориться, снять возбуждение. Расслабиться, успокоится дошкольнику помогут специальные вечерние "**Волшебные**" игры, которые очень важны для психического и физического здоровья. Но есть определенные правила:

- за ребенком всегда остается выбор – играть или нет. Возможно, как раз сегодня он настолько устал, что захочет послушать **перед сном любимую сказку;**

- вечером недопустимы крики, шумные **игры**, бег, щекотка, борьба. **Игры должны расслаблять!**

Итак, во что же играть **перед сном**? Например, в такие "**Волшебные**" игры...

"Что делают игрушки дома, когда тебя нет?"

Посадите на диван разные игрушки: мишку, зайчика, куклу, лошадку, собачку, кошку и др. Взрослый говорит: «Игрушки обрадовались, что ты уже дома, и приготовили сюрприз. Они умеют говорить, но хотят тебе показать, что делали дома без тебя. Ты хочешь узнать? Игрушки будут показывать, а ты попробуй угадать».

«Что мы делали, не скажем, а что делали покажем», - игрушки танцуют, поют, прыгают, спят, читают сказки и т. д. Малыш отгадывает, а затем показывает игрушкам, что он делал в детском саду. Например, мыл руки и лицо, ел, пил, собирал **конструктор**, пел песни, гулял и т. д. Игрушки, отгадывают и малыш рассказывает им, что он делал и что ему больше всего понравилось.

Родитель также может участвовать в игре, показывая, чем он занимался на работе. В беседе все делятся впечатлениями от прожитого дня, радуются удачам.

Игры с водой в ванне.

Вода прекрасно помогает справиться с дневным стрессом. В ванне можно ловить мыльные пузыри, запускать кораблики из губок или деревянных палочек, на которых с удовольствием покатаются резиновые игрушки. Душ превратиться в **волшебный дождик**, а водопад малыш устроит, **переливая** воду из одного сосуда в другой.

«Ожившие игрушки»

Если ребенок никак не унимается вечером, отказывается готовиться ко сну, чистить зубы, **переодеваться**, можно попробовать от имени его любимых игрушек вступить с ним в диалог и установить контакт.

С помощью игрушки можно наглядно показать, какого поведения от него ждут. Например, щенок говорит поросенку : «Пришло время ложиться спать, я сейчас быстрее всех умоюсь и почищу зубы и улягусь в свою кроватку.

Хочешь отправиться вместе со мной? Вдвоем веселее» Как правило, ребенок присоединяется к такому игровому диалогу. Иногда **волшебной** может стать даже детская кроватка! Например, превратиться в ковер-самолет или корабль...

Помните, ребенку важно видеть, что маме и папе приятно быть вместе с ним, что они искренне радуются совместному общению. Когда игра закончится, можно сказать сыну или дочке, что вам было интересно играть с ними. Дайте своему малышу возможность лишний раз убедиться в том, что он любим и значим для вас.

Возможности вечерних игр безграничны. С их помощью можно помириться после ссоры и показать ребенку свою любовь, исправить тяжелый день и помочь забыть дневные слезы и проблемы. Пусть ваш вечер станет добрым по-настоящему!