

«Успокаивающие игры для активных малышей»

Спокойные и неспешные игры снимают перевозбуждение, помогают настроить ребенка на сон, благотворно и успокаивающе действуют на детскую психику. С их помощью можно прекрасно увлечь ребенка и одновременно собрать всех маленьких непосед, к примеру, за одним столом. Поверьте, такое времяпровождение придется по душе детям и при этом научит сосредотачиваться и логически мыслить.

- **«Домашняя песочница»**

Пересыпание песка, перебирание его пальцами оказывает успокаивающее, можно сказать, медитативное действие не только на детей, но и на взрослых. Но песочница – это сезонная игра, зимой раскапывать песок под снежными сугробами никто не станет. Можно, конечно, организовать песочницу дома, запасаясь с осени расходным материалом. Но есть способ менее грязный и более полезный. Используйте вместо песка колотый горох, чечевицу или фасоль. Насыпьте пару килограммов гороха в большой таз, детскую ванночку или кастрюлю, посадите перед этой мобильной песочницей своё чадо, выдайте ему песочный набор, а дальше он сам разберётся. Вот только ваше присутствие при его играх обязательно, если малыш младше 3 лет. Занятия с крупами хороши для самомассажа пальчиков и развития мелкой моторики.

В тазу с крупой можно закапывать мелкие игрушки, пусть ребёнок их откапывает. Можно пересыпать горох из одной ёмкости в другую, да и просто порываться приятно в таком «песочке». Также здорово с помощью этого материала играть в магазин, используя крупы как товар.

- Хорошее умиротворяющее, а также и развивающее занятие **«Рисование по манке»**

Для этого насыпьте немного манной крупы на темный противень. Задача малыша – своим пальчиком водить по этому чудо-холсту.

- **«Игры с водой»**

Эта чудесная жидкость завораживает деток и притягивает к себе, как магнитом! Будь то грязная лужа на улице или ведро для мытья пола – малыш тут как тут. Если организовать игру с водой дома, ребенок увлечется надолго. Главное, вода должна быть теплой и чистой.

Возьмите широкий тазик, наполненный до половины водой, скатайте ковер, приготовьте несколько сухих тряпок и сажайте рядом малыша. Пускайте кораблики, лягушек, рыбок и переливайте воду в разные стаканчики. Дайте малышу воронку для воды, пусть переливает воду из банки с широким горлышком в бутылки с узким. Очень познавательна игра **«Тонет-не тонет»** (бросая в воду предметы из разных материалов, малыш определяет, будут ли они плавать или пойдут ко дну). Возьмите поролоновые губки, пусть малыш набирает в них воду, а затем выжимает в емкости.

- **«Лепка»**

Занятие лепкой тоже носит успокаивающий характер. Лучше всего, конечно, лепить из глины. Однако пластилин тоже подойдет. Правда он жирный и плохо отмывается от пола. А вот пластичную массу, затвердевающую на воздухе, приятно просто мять в руках, растягивать, рвать, главное хорошо разогреть её своими руками, прежде чем давать маленькому ребёнку, иначе сил у него не хватит на манипуляции с пластиком. Такая масса хороша тем, что не оставляет следов на одежде, мебели и руках.

Вместо пластилина вполне можно использовать соленое тесто — замечательный материал для лепки! Оно легко мнется, меньше пачкается, и не будет ничего страшного, если ребенок случайно проглотит кусочек. Тонкий раскатанный пласт теста может использоваться как основа для картины из любого подручного материала — пуговиц, желудей, спичек, круп, веревочек, ниток, проволоки, семечек, веточек и т. д. Разминание теста – увлекательное занятие для малыша, пока мама занята на кухне.

- **«Когда игрушки надоели...»**

Дайте ребёнку пару листов плотного разноцветного картона и дырокол. Попросите ребенка сделать на картоне множество дырок с помощью дырокола. Когда работа будет закончена, вручите малышу шнурок. Закрепив его в одной из дырочек узелком, попросите создать узоры. Это похоже на развивающие игры под названием «шнуровка», но ведь полотно полностью сделано самим ребенком! А потому игра будет воспринята совершенно по-другому. Создавать узоры можно по-разному, используя разноцветные шнурки, почему бы не попытаться шнурком «рисовать» знакомые и незнакомые образы и фигуры, а может даже и буквы.