

«Обними меня покрепче или тактильные игры с детьми»

Одним из базовых способов формирования привязанности является физический контакт. Поцелуи, объятия и тактильная забота (например, массаж) творят чудеса и топят лёд между близкими людьми. Становясь старше, ребёнок словно «растягивает поводок» и отдаляется от мамы и папы. Однако в минуты грусти, беспокойства и усталости крепкие родительские объятия всегда остаются самыми действенным лекарством. В этом нам помогут *тактильные игры*. Сделав такие игры частью своего ежедневного общения с детьми, вы уже через неделю ощутите их благотворное влияние на ваши отношения. Кстати, времени на игровые «обнимашки» нужно не так уж много — 15-20 минут ежедневно. **Особенно важно** уделять внимание таким играм, **если ребенок склонен к гиперактивности**, легко раздражается, проявляет агрессию, плохо спит или демонстрирует признаки тревожности. Именно физический контакт в этом случае запускает механизм успокоения и доверия, способствует укреплению нервной системы и снятию стресса.

Варианты игр

Пожалуй, самая известная из всех тактильных игр — знакомый всем с детства *массаж*, который сопровождается стишком про поезд.

Рельсы-рельсы, шпалы-шпалы,
Ехал поезд запоздалый.
Из последнего окошка
Вдруг посыпались горошки...

«Письмо в конверте»

Для игры пригодится толстый плед или одеяло. Уложите ребенка на одеяле спиной вверх и начните писать письмо. Тем, кто уже знает буквы, можно геометрические фигуры...

«Робот-обнимальщик»

Сядьте удобно на полу или в кресле и расскажите ребенку, что теперь вы — робот-обнимальщик. Объясните, где находятся кнопки включения робота (ими могут быть, например, пуговицы у вас на одежде). Предложите устроиться у вас на коленях и запустить программу «быстрое объятие». Затем попробуйте режим «очень крепкое мамино объятие» и другие функции обнимающего робота.

«Усталая мама»

Игра, которая подойдет для того, чтобы устроить «обнимашки» одновременно с несколькими детьми. Расположитесь на ковре или на кровати, Начните со слов: «Ох, мама так устала... Где же мне найти подушку?» Пусть один из детей станет подушкой — положите на него голову. Так же точно найдите себе «одеялко»,

запасную под бок». Как только дети начнут суетиться, возмущайтесь: «Ай, кто же это меня разбудил? Да это вовсе не подушка, а моя любимая доченька! Сейчас я её поймаю и защекочу!»

«Месим тесто, лепим Колобок»

Для этой игры пусть малыш станет вашим «тестом». Удобно уложите его на ковре или на кровати, начните «месить», «разминать» и «раскатывать». Движения, разумеется, должны быть не болезненными, а скорее массажными, но довольно интенсивными. Слепите из вашего «теста» Колобка и изобразите, что ставите его выпекаться. Затем восхититесь, каким аппетитным и душистым он получился. Так и хочется съесть! В этот момент малыш-Колобок наверняка захочет убежать, но ваша цель уже будет достигнута — в процессе игры вы вдоволь напитаете малыша контактом.

«Деревянный человечек»

Эта игра придется по душе детям, которые уже знают сказку про Буратино. Напомните им сюжет, а затем скажите: «Давай-ка и я сделаю себе деревянного человечка. Будешь моим поленом?» Начните «обстругивать полено», изображая движения различными инструментами. Сделайте своему человечку ручки и ножки, щёчки, уши, нос. Затем «отшлифуйте», «раскрасьте краской», «покройте лаком». В конце попросите готового деревянного человечка станцевать вам танец и спеть песенку Буратино! «Робот-обнимальщик»

«Мама-папа, жаба-цап!»

Взрослый держит руку ладонью вниз. Ребенок упирается своим указательным пальцем в середину ладони взрослого. Приговаривая: «Мама, папа, жаба – цап!», взрослый пытается поймать (зажать) пальчик ребенка, ребенок же должен успеть отдернуть палец.

«Поймай ручку»

Ребенок сидит лицом ко взрослому и кладет свои ладони на его ладони. Затем взрослый старается быстро накрыть своей рукой руку ребенка (поймать). Задача ребенка – не дать возможности взрослому поймать свою руку, отдернув ее.

Во время игры у ребенка развивается выдержка, внимание. Активизируется тактильная чувствительность. Ребенок испытывает эмоциональную радость и удовлетворение в случае своей успешности.

«Мама (папа, хозяин) дома? Гармонь готова? Можно поиграть?»

Такие вопросы задает взрослый ребенку. Если ребенок на вопросы отвечает «Да», то взрослый имитируя игру на баяне, перебирая своими пальцами по бокам ребенка (щекоча его). Ребенок смеется, увертывается от рук взрослого.

«Ватрушки»

Ребенок сидит или стоит спиной к взрослому, взрослый, выполняя легкое постукивание кулачками по спинке ребенка говорит такие слова: «Ушки, ушки, ушки! Мы печем ватрушки, а ватрушки в печи. С чем ватрушки?»

Ребенок отвечает: «С вареньем (с медом!)» - взрослый выполняет поглаживание спинки ребенка движением снизу вверх к плечам. Если ребенок отвечает, например, с творогом – взрослый выполняет легкое пощипывание спинки ребенка снизу вверх. Если, например, с сахаром, взрослый выполняет легкое, приятное постукивание пальчиками спинки ребенка.

«Дрозды»

Взрослый и ребенок сидят или стоят напротив друг друга (взрослый на одном уровне с ребенком).

Произносятся следующие слова:

Я – дрозд	<i>Показываем ладошкой на себя</i>
И ты – дрозд.	<i>Показываем ладошкой на партнера, дотрагиваясь до него</i>
У меня – нос	<i>Дотрагиваемся до своего носа</i>
И у тебя – нос.	<i>Дотрагиваемся (показываем) до носа партнера</i>
У меня щечки розовые	<i>Показываем на свои щечки</i>
И у тебя щечки розовые.	<i>Дотрагиваемся (показываем) до щечек партнера</i>
Мы с тобой два друга	<i>Пожимаем друг другу правые руки (здороваемся)</i>
И мы любим друг друга.	<i>Обнимаемся (взрослый нежно прижимает к себе ребенка)</i>

Играйте с детьми, любите их и тогда ваш малыш не заставит себя ждать с ответным чувством!!