

## **Развивающие игры и упражнения с детьми**

### **Укачивание**

Держите ребёнка на руках и смотрите ему в глаза. Качайте его под стишок:

Тритатушки, тритатушки!

Едет Маша на подушке.

На подушечке верхом (Качаете ребёнка)

Бух! С подушки кувырком. (Опускаете ребёнка ниже и возвращаетесь обратно)

### **Игра с зеркалом**

Зеркало-источник бесконечного изучения и себя, и окружающего мира. В первые три месяца достаточно просто подносить ребёнка к зеркалу и говорить «Кто это?». Затем усложнить игру-строить разные рожицы, кивать головой, щёлкать языком, и т.п. Можете имитировать движения и реакции ребёнка.

### **Погремушка**

Тренируем слух. Поочередно трясите погремушкой, колокольчиками, ключами. Предлагайте взять погремушку малышу и потрясти ею.

### **Новый друг**

Согласно исследованиям, дети лучше фокусируют взгляд на красных круглых предметах. Возьмите круг из красного картона, нарисуйте чёрным маркером лицо, приклейте к картону палочку. Этой куклой вы можете привлекать внимание малыша. И играть в «ку-ку», прятать нового друга за спиной.

### **Имя малыша**

Положите ребёнка на спину и повторяйте слова: «Где (имя ребёнка)? Где (имя ребёнка)? Вот он я! Вот он я! (Помогите малышу показать на себя). Как дела сегодня? Хорошо, спасибо! Правую ручку подними (понимаете правую руку ребёнка). Левую ручку подними (поднимаете левую руку ребёнка). И так по кругу, пока не надоест.

### **Я тебя люблю**

Положите ребёнка перед собой или на руки. Проговаривайте слова:

«Ай-лю-лю. Ай-лю-лю.

Вот как я тебя люблю!

Я (покажите на себя)

Тебя (покажите на ребёнка)

Люблю (потормошите малыша)

Утром я тебя люблю.

Днём и вечером люблю.

Даже ночью, когда сплю.

Все равно тебя люблю»

### **Расслабление**

Малыша лучше не держать долго на спине на ровной поверхности. Желательно подкладывать под колени, руки, шею небольшой валик из полотенца или одеяла. Можно просто скрутить валиком большое полотенце и положить ребёнка в овал из этого валика, как в гнездо.

Также желательно просто поглаживать ручки, ножки, живот и спину, напевая приятные мелодии типа колыбельных.

### **Учимся держать голову**

Когда ребёнок лежит на животе, привлекайте его внимание естественным образом. Как только увидели, что малыш отреагировал, продолжайте его веселить, пока вам обоим не надоест. Для этого можно использовать любые стишки, смешные интонации, звенеть колокольчиками, и, главное-улыбаться.

### **Пастушок**

Потешка, формирующая позитивное отношение ко сну. Подходит для ритуала.

Если малышу действительно пора спать, можете накрыть его одеялом, а потом подчеркнуть слово «спит», приложив руки к щеке.

Пастушок, пастушок,

Подуди-ка в свой рожок.

Вон овечка на лужке.

Вон коровка вдалеке.

Ну а где же малышок,

Наш веселый пастушок?

А под стогом он лежит (Накройте ребенка одеяльцем)

И, свернувшись, крепко спит. (Покажите, как спите, прижав сложенные ладони к щеке)

## **Веселые пальчики**

Используйте для этой игры старую перчатку. После занятия выстирайте ее, чтобы потом снова использовать.

Что нужно делать:

1 Наденьте на одну руку перчатку.

2 Нанесите на каждый палец разные ароматизаторы. Например, лимонный сок, кофе, мускатный орех, любимые духи (брызните в воздух)

3 Держа руку на безопасном расстоянии от лица ребенка, слегка помашите по очереди каждым пальцем, чтобы он мог уловить запах.

4 После того как он понюхает все пальцы, снова помашите перед ним теми, что ему больше всех понравились. Обязательно следите за тем, чтобы те источники запахов, которые вы выбрали, не содержали токсичных веществ и не представляли угрозы для ребенка.

## **На слух и на ощупь**

1 Наполните несколько пакетов разными сыпучими продуктами. Например, соль, сахар, рис, сушеная фасоль, кукурузная крупа, хлебные крошки, овес или другие сухие крупы.

2 Положите каждый пакет в еще один пакет.

3 Прочно заклейте их скотчем. Внимание: никогда не оставляйте ребенка с пластиковыми пакетами без присмотра.

4 Вместе сжимайте пакеты и слушайте получающиеся звуки.

## **Вверх, вверх и кругом**

Вы можете играть в эту веселую игру, лежа на кровати, сидя в кресле или стоя.

Что нужно делать:

1 Поддерживая постоянный зрительный контакт с ребенком, начните аккуратно перемещать его в разных направлениях: вверх, вниз, по кругу. Нежно подбрасывайте его на коленях.

2 Обязательно крепко держите ребенка. Если вы отпустите его даже на несколько секунд, это может быть для него небезопасно.

3 Делайте все, что кажется вам естественным и доставляет вам обоим радость