

Чек-лист
«Полезные игры с камнями»

Лето – отличная пора года для разных игр с детьми! Предлагаем для родителей идеи игр и коррекции с камнями. Точно пригодятся для проработки эмоций, когнитивного развития детей и просто развлечения.

*** «Камень семьи»** - на каждой из граней можно нарисовать маму, папу, брата-сестру, бабушку-дедушку, собаку-кошку, сердце. Можно такой «фотоальбом» брать с собой в дорогу (а потом в школу, садик), крутить в руках и представлять, что каждый из нарисованных людей говорит слова поддержки; при тревожности, держа камень в руках, можно представить, что «семья в моих руках», в диагностике можно спрашивать, что бы сказал о нас каждый нарисованный человек.



***Сколько тут камней?** Высыпать немного мелких камней – спросить ребёнка, как думаешь, сколько их тут? Считать вместе с ребёнком. Кто ближе всех к правильному количеству, тот выиграл.

***Делать башню из камней.** Это почти балансир и соответственно, развитие моторики и пространственной сферы ребёнка.

***Когда волнуешься, считай камни.** Насыпать в мешочек мелкие камни. При волнении и тревоге их можно раскладывать в линию («упорядочивать»), считать, выкладывая на стол, на каждый камень, произнося слово (сила, радость, спокойствие)

***Камни дыхания.** Положить в мешочек 20-40 маленьких камней. При волнении брать из мешочка камень и на выдохе класть его на стол (акцент на выдохе активизирует работу парасимпатической нервной системы)



***Празднование.** Раскрасить мелкие камни разными цветами. Вечером, вспоминая события дня, вспоминая любой свой минимальный успех, пусть ребенок кладет в банку или коробку соответствующий камушек.

***Камень силы (мудрости, смелости, пожеланий).** Разрисовать камень (можно всей семьей). И брать в руки, когда нужен ресурс. Иногда помогает детям, у которых что-то не получается или которым сложно успокоиться, например.

***Камни настроения** - выбрать цвет и разрисовать камушки. Радость, грусть, злость, обида, страх. Пусть ребенок представит, что, прикасаясь к камню, поглаживая его, он «отдает» ему напряжение.

***Из больших гладких камней сделать дорожку или коврик,** чтобы ребенок мог ходить босиком.

***Поднимать маленькие камушки** с пола пальцами ног.



Национальный центр усыновления
Министерства образования Республики Беларусь

+375 17 352 97 61

www.nacedu.by



НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР
УСЫНОВЛЕНИЯ