



## ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР «ДИВО»

### КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

### Памятка родителям

#### «Увлекательные занятия для снятия психоэмоционального напряжения»

Каждому родителю известно, как у ребенка быстро происходит эмоциональное перенапряжение, и малыши начинают капризничать.

Помочь своему малышу снять психоэмоциональное напряжение – это организовать игры и экспериментирование с водой.

- ❖ Регулируя струю воды из крана, можно поиграть в ручеек (тонкая струя) и водопад (полный напор). Вокруг ручейка можно делать «колечки» из пальчиков (развитие мелкой моторики, наполнять различные ёмкости с узким и широким горлышком, подставлять ладошку под струю (массаж). Проведите эксперимент, что быстрее наполнит ведро: ручеек или водопад? Что сильнее льется на ладошку?
- ❖ В любую широкую ёмкость (таз, ведро) высыпаются детали мозаики - это рыбки, а вместо удочки - обычная ложка, или ложка с длинной ручкой, с дырочками и т. п. Можно просто вылавливать «рыбок», складывая их в чашку, а можно сортировать их по цвету (красных «рыбок» - в красную баночку - чашку, желтых «рыбок» - в желтую, по форме, по размеру - все зависит от разнообразия мозаики и вашей фантазии. Эта игра хорошо развивает координацию движений.



НАШ САЙТ



[WWW.CENTR-DIVO.RU](http://WWW.CENTR-DIVO.RU)



МЫ В ВКОНТАКТЕ