***Консультация для родителей.***

На форумах в Интернете попадаются советы родителям, чем занять простуженного малыша: “Поставьте ему кассету с “Гарри Поттером”, дайте пачку чипсов, налейте пепси, и в ближайшие часы ребенок вас не побеспокоит.” Не вздумайте следовать этим рекомендациям!

Долгий телесеанс – серьезная нагрузка на нервную систему, ослабленную болезнью, а чипсы – слишком грубая пища для желудка, даже когда малыш здоров. Победить простуду и другие детские хвори нам поможет игротерапия.

Чтобы ребенка меньше беспокоили приступы мучительного кашля при бронхите, он должен быть все время чем-нибудь занят. Это является основополагающим принципом, ведь увлеченные игрой, детки забывают о кашле. Если нет высокой температуры, приготовьте ванночку с теплой водой. Можете предложить малышу помыть своих кукол, игрушки, пусть по пускает кораблики, почувствовав себя грозным пиратом. Главное, что при этом увлажненный воздух будет благотворно влиять на дыхание и успокоит кашель, игры с теплой водой поистине целебны для больного ребенка. Главное, чтобы не было какого ни будь фиброза легких и болезней наподобие этой, а с ОРВИ организм справится и при помощи игр и маминых ласк.

При гриппе, ОРВИ, бронхиальной астме не разрешайте играть на полу. Ведь при этом дитя сидит на корточках, скрючившись и сжав грудную клетку, – такая поза затрудняет дыхание, нарушает кровообращение и вентиляцию легких, препятствуя выздоровлению.

Если у малыша хронический тонзиллит или скажем ангина, то будет неплохо поиграть с ним в царя зверей. Никаких особых приспособлений тут от нас с вами не потребуется. Для этого следует подложить какой ни, будь мягкий коврик, после чего попросите ребенка опуститься на колени, раздвинуть пятки и сесть на пол между ними. Ну а теперь пусть положит руки на бедра, выпрямит спину и шею, сделает глубокий вдох и затем на выдохе напряжет все мышцы, особенно лицевые и шейные, широко раскроет глаза, высунет язык подальше и грозно зарычит, подражая льву! Этот игровой прием помогает вытолкнуть пробки из миндалин.

Вот такая вот игротерапия – и ребеночку весело, и маме приятно, ведь ее крошка не только играет, но и ускоренно выздоравливает.