## Работа с родителями

# Консультация для родителей «Целебная сила игры»

Болеть всегда неприятно, особенно детям. Они не любят лечиться, поэтому, как только им становиться легче, они норовят нарушить режим, так как считают, что это скучно и совсем необязательно.

Более 70% заболеваний у взрослых людей имеют в своей основе психосоматическую реакцию на внешние раздражители, т. к. являются реакцией организма на стрессы и эмоциональные проблемы. Дети же, наоборот, когда чувствуют, что родители проявляют излишнее беспокойство и озабоченность состоянием их здоровья.

Ученые провели ряд экспериментов и выяснили, что способность сопротивляться болезни выше у тех детей, которые несмотря на свои заболевания, играют и общаются со сверстниками.

Не стоит забывать и о том, что ребенка, который страдает тем или иным заболеванием, не нужно ограничивать в движении, так как он растет, а значит, интенсивнее начинают развиваться мышцы, находящиеся в динамике. Недостаток движения оказывает негативное влияние не только на опорно-двигательный аппарат, но и на нервную, эндокринную и другие системы организма. В результате снижения двигательной активности могут развиться расстройства центральной нервной системы, пищеварения, нарушения сна, вследствие чего ребенок может стать замкнутым и раздражительным. А это в свою очередь ослабляет организм, снижает иммунитет, что приводит к появлению сопутствующих и хронических заболеваний.

При проведении игротерапии важно помнить, что легкие игры следует чередовать с более сложными, а это позволит разнообразить занятия. Чем чаще будут проводиться лечебные игры, тем большую пользу они принесут.