Игра очень положительно влияет на психологическое развитие ребенка.

Игра обладает лечебным действием, избавляет от психотравмы, позволяя пережить травмирующие жизненные обстоятельства в облегченной форме.

**«Снеговик»**  
Родитель и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и течении 10 секунд удерживают заданную позу.  
Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол.

**«Буратино»**  
Родитель говорит текст и выполняет движения вместе с ребенком:  
1. Представьте, что вы превратились в куклу Буратино.  
2. Встаньте прямо и замрите в позе куклы. Все тело стало твердым, как Буратино.  
3. Напрягите плечи, руки, пальцы, представте, что они деревянные.  
4. Напрягите ноги и колени, пройдитесь так, словно тело стало деревянным.  
5. Напрягите лицо и шею. Наморщите лоб, сожмите челюсти.  
А теперь из кукол превращаемся в людей, расслабляемся и размякаем.

**«Капризная лошадка»**  
Родитель рассказывает сказку про лошадку, и вместе с ребенком они сопровождают сказку действиями: «В одной далекой стране жила лошадка по имени ЛУ. Она очень любила брыкаться и капризничать. Мама говорила ей: «покушай свежей травки, доченька» «Не хочу, не буду», — говорила ЛУ. Она капризничала и цокала копытцами. Еще она брыкалась вот так. Когда она вдоволь набрыкалась и наупрямилась, то стала довольной и веселой. Она весело скакала и ржала: «Иго-го!»

Помните, самое главное – это не не во что играть, а то, как играть. Самая эффективная психотерапия – это родительская любовь.

Почаще обнимайте своего малыша, целуйте, говорите, как сильно вы его любите, какой он хороший и замечательный. Любите, понимайте и растите вместе!