**Уважаемые родители, поиграйте с ребёнком в игры**

**для снятия стресса!**

**«Белым по черному»**

Берем черный лист картона — и рисуем на нем белой гуашью. Рисовать можно на любые темы. Из темноты страха и неизвестности проступит новое светлое.

**«Бумажная гирлянда»**

Предложите ребёнку вместе смастерить гирлянду из бумаги – цепочку, фонарики, снежинки или человечков, которые держатся за руки. Раскрасьте их, дайте каждому имя, нарисуйте глазки – придайте поделке какое-то единение.

**«Качества в имени»**

Данная игра – идеальный вариант психологической защиты личности, благодаря чему ребенок быстрее адаптируется в новой обстановке. Ее суть состоит в том, чтобы ребёнок написал столбиком свое имя и на каждую букву определил свое качество. Пример: имя ПОЛИНА. П – Прилежная, О – Общительная, Л – Ласковая, И – Искренняя, Н – Надежная, А – Аккуратная. Или имя ЕГОР: Е – Единственный, Г – Гостеприимный, О – Озорной, Р – Решительный. Абсолютно на каждое имя всегда можно найти какое-то хорошее качество.

**«Воображаемый мир»**

Вы спрашиваете ребёнка: «Ты где?», он отвечает: «Я здесь» и описывает, где именно «находится». Не поправляйте его, ребенок должен сам придумать и рассказать о своих ощущениях. К примеру: «Я сижу на зеленой лужайке в красивом платье в горошек и ем сладкий арбуз».



С уважением учитель-дефектолог ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат»

Зубова Наталья Николаевна