

ТІЛЕСНІ ІГРИ для найменших дітей

Наші діти потребують уваги зараз більше, ніж будь-коли. Ці ігри можуть стати в нагоді під час консультування для психологів, для вихователів ДНЗ та, звісно, для батьків

❁ Гра створює безпечний та терапевтичний простір для всіх її учасників

❁ Гра – це провідна діяльність для дошкільнят, охоча розвага для дітей шкільного віку, і навіть дорослі залюбки долучаються до цього процесу

❁ Гра побудована на соціальній взаємодії, яку сьогодні вчені розглядають на рівні інстинктів «бий», «біжи», «завмири». Гра сприяє відновленню, укріпленню важливих соціальних зв'язків.

❁ Гра передбачає певну рухову активність. А рух або фізична активність - це найбільш природний спосіб відреагування викиду стресових гормонів в організмі, тобто подолання гострих стресових станів

❁ Гра активізує уяву, яка являє собою вищий психічний процес створення нових образів на основі попереднього досвіду. Тобто уява через активізацію роботи неокортекса сприяє екологічному подоланню стресу

Отже, грайте зі своїми дітьми, і пам'ятайте: війна – не назавжди. Вона мине. Тримаймося та піклуймося один про одного   

За матеріалами Світлани Ройз.

Ілюстрацію створено в межах співпраці з волонтерським об'єднанням «Графічний батальйон»:

ілюстратор - Олена Ястремська

графічний дизайнер - Марія Кисельова

З Міжнародна Психологічна Асоціація Проективних Методик

Джерело: https://hi-in.facebook.com/pg/dnz653/posts/?ref=page_internal