**7 игр, которые подготовят ребенка к школьной нагрузке**

 **Уважаемые родители, помогите дошкольнику подготовиться к школьной нагрузке, а в будущем школьнику, выдерживать эту нагрузку без труда с помощью различных игр. Здесь представлены примеры таких полезных игр.**

1. Как только ребенок проснулся, попросите его выбраться из постели так, как это делает змея (скручиваясь, выползти из кровати), лиса (на четвереньках, мягко ступая), слон (топая), зайчик (прыгая) и т.д.

2. Попросите ребенка дойти до ванной комнаты:

* очень тихо и медленно;
* прыгая на правой ноге;
* хлопая в ладоши;
* перечисляя на каждый шаг дни недели;
* на четвереньках;
* с закрытыми глазами на ощупь и т.д.

3. За завтраком попросите ребенка положить:

* ложку справа/слева от тарелки;
* тарелку слева/справа от ложки;
* хлеб перед тарелкой;
* салфетку за тарелкой и т.д.

4. «Замри-отомри». Когда вы говорите ребенку "замри", он должен четко это делать и не шевелиться. Поменяйтесь с ними ролями, пусть он вами немного покомандует.

5. Если ребенок раскричался, то попросите его это делать, как:

* петух;
* тигр;
* пылесос;
* комар;
* динозавр;
* двигатель машины и т.д.

6. Попросите ребенка как можно быстрее и правильнее добежать до дерева и около него 2 раза подпрыгнуть, сделать 5 приседаний, затем добежать до вас и назвать свое имя. И т.д. То есть дать ребенку инструкцию из нескольких действий.

7. Вечером, когда ребенок будет лежать на спине, возьмите его ступню и разотрите ее между руками. Мягко помассируйте каждый пальчик ноги.

Веселого и полезного времяпрепровождения Вам и Вашему ребенку!

Педагог-психолог Егорова А.А.