

## Игры с папой

Мама — самый близкий человек для малыша. Но ребенку не менее необходимы напористые, подвижные, энергичные «мужские» игры, с бегом, возней, визгом и хохотом. Это обогатит опыт крохи, подарит ему совершенно новые ощущения и впечатления.

### РЕЛЬСЫ - РЕЛЬСЫ...

Для душевного и телесного здоровья человеку любого возраста необходим физический контакт с другими людьми. Если взрослого человека лишить возможности хоть как-то контактировать с внешним миром и получать из него всевозможные ощущения, это приведет к серьезным расстройствам его психики. Так что ношение малыша на ручках, объятия, поцелуи, массаж, нежные поглаживания, пощипывания и похлопывания, всевозможные пальчиковые игры и игры на коленках — это не просто забавы или способ выразить малышу свою любовь, это еще и необходимый для ребенка способ получения всевозможных тактильных ощущений. И чем младше кроха, тем больше таких прикосновений ему необходимо.

Конечно, в течение дня мама прикасается к малышу многократно. Но ведь папа-то это делает совсем иначе! У папы пальцы другие, кожа на руках другая, да и сами прикосновения отличаются от маминых. Значит, общаясь с папой, кроха получает массу новых тактильных впечатлений, что помогает ему лучше развиваться. А какая самая лучшая тактильная игра? Конечно, веселый массаж! Папа может с удовольствием пощекотать и пощипать ребенка под веселый стишок. Это вызовет у крохи бурю положительных эмоций. А чуть позже и сам малыш сможет сделать такой же массаж папе. Возможно, это даже станет воскресным утренним ритуалом.

Итак, рассказываем старый-престарый стишок и делаем соответствующие массажные движения на детской спинке:

Рельсы, рельсы, (Рисуем пальцами на спине продольные рельсы.)

Шпалы, шпалы. (Рисуем поперечные линии-шпалы.)

Ехал поезд запоздалый. (Пробегаем пальчиками по всей спине.)

Из последнего окошка

Вдруг посыпался горошек. (Стучим пальцами по спине, как будто сыплется горошинки.)

Пришли куры: поклевали, поклевали... («Клюем» пальчиками.)

Пришли гуси: пощипали, пощипали... (Щиплем спинку.)

Пришел слон: потоптал, потоптал, (Топчемся кулачками.)

Пришла слониха: потоптала, потоптала, (Толчемся, но не так сильно.)

Пришел слоненок: побегал, побегал. («Бегаем» по спинке пальчиками.)

Пришел дворник: все подмел, все подмел. (Гладим спинку.)

Поставил стул, стол, пишущую машинку («Ставим» стол и стул четырьмя пальцами.)

И начал печатать: («Печатаем».)

«Дорогая моя дочка!» Вжик-точка, вжик-точка. (На слове «вжик» проводим легонько пальцами по бокам малыша.)

«Я купил тебе чулочки.» Вжик-точка, вжик-точка.

Заклеил письмо, поставил печать и отправил. (Ставим «печать».)

<https://vk.com/doshkoll>

Письмо летел о-летел о, летело-летело... (Гладим спинку, показывая, как летело письмо.)

И прилетело! (Хлопаем легонько малыша по попе или щелкаем резинкой трусов.)

Если малыш требует «продолжения банкета», попробуйте катать друг другу по спине игрушечные машинки. Это просто потрясающая забава, которой любят предаваться в воскресное утро огромное количество пап и их маленьких сыночков и даже дочурок!

А под конец усадите кроху к себе на коленки, нажмите слегка пальцем на курносый носик и скажите:

— Пи-и-и-и-п! Маша (Миша, Дима...) дома?

— Дома!

— А гармонь готова?

— Готова!

— А поиграть можно?

— Можно!

После такого ответа начинайте щекотать малыша, как будто водите пальцами по клавишам гармонии. Все завершается визгом, смехом и веселой возней.

### **КУЧА-МАЛА**

В продолжение разговора о тактильных ощущениях хочется вспомнить еще одну непременно игру, в которую очень любят играть папы со своими малышами. Это веселая возня, которая может принимать вид «кучи-малы», шуточной борьбы, бокса и т.п. Трудно сказать, почему в такие игры чаще играют именно папы, а не мамы. Возможно, у уставших мам просто не хватает сил, а может, папам легче возвращаться из состояния взрослости в свое детство. Но, в чем бы ни была причина, играющий папа поступает весьма мудро. Одним махом он убивает сразу нескольких зайцев. Проводит время с малышом, причем обоим невероятно весело! Это раз. Играет в весьма полезную игру, которая сближает его с ребенком, делает взросло-родительские отношения более гармоничными, доверительными. Ведь любой телесный контакт психологически связывается именно с доверием. Это два. И для самого папы польза огромная: снимается нервное напряжение, физическая и психологическая усталость, восстанавливается душевное равновесие. Происходит то, что мы часто называем одним емким словом «разрядка». Всем нам иногда весьма полезно освободиться от привычной роли родителя и ответственного работника, отдохнуть от интеллектуальной работы и всяких ограничений, которыми мы вынуждены связывать себя, и вернуться на время в детство, почувствовав связь с прошлым. Это три. А что же малыш? Что, кроме веселья, несет в себе игра-возня?

С помощью подобных игр кроха учится управлять своим телом, пытается осознать свои двигательные возможности, знакомится с новыми и разнообразными тактильными ощущениями. Что будет, если поползть по гладкому паркету? А если повалиться на пушистом ковре? Что первым делом сделает всякий приличный карапуз, выйдя на прогулку в заснеженный двор? Правильно, постарается извалиться в снегу с ног до головы. И ползание на четвереньках в траве, и закапывание в песок на горячем пляже — все это новый тактильный опыт. Кроме этого, малыш учится определять границы своего тела, осваивается с пространством, разбирается, где верх и низ, где правая сторона, а где левая. В свою очередь, умение ориентироваться в пространстве тесно связано с развитием мышления и речи. Вот и выходит: игры простые, а значение имеют огромное!

Такие игры обычно возникают спонтанно и не имеют никакого сюжета: просто беготня друг за другом и «ловишки», возня на полу или на кровати, щекотание или шуточная борьба, визг и хохот. Но можно поиграть и по правилам. Например, воспользовавшись обычной забавой, которая в каждой детской компании называется по-разному: «кошка и мышки», «домики» и т.п. Папа в роли кошки «спит» на диване, а малыш бегаёт вокруг и дразнится. Но вот кошка проснулась, и маленький мышонок должен поскорее спрятаться в кресле-домике. Если кошка его не поймала, игра начинается сначала. Если поймала — вот тут, мышонок, берегись! Сейчас тебя будут «кушать», щипать и щекотать. Одно условие: подобные игры лучше не затевать перед сном. После них малышу нужно некоторое время, чтобы успокоиться. Лучше потом полежать спокойно вместе, поговорить о чем-нибудь приятном или почитать спокойную книжку.

### ПАПОВОЗ

Мы играли в паповоз,  
В самый быстрый паповоз,  
В самый лучший паповоз:  
Ехал я, а папа вез.  
Долго он не соглашался,  
Не хотел пыхтеть всерьез,  
А потом как разошелся -  
И поехал, и повез!  
Сбили шкаф, упало кресло.  
Стало нам в квартире тесно...

А дальше герои этого стихотворения «побывали в разных странах, посмотрели белый свет» и даже собрались в следующий выходной взять с собой маму и отправиться на Луну.

Да, только папы умеют так играть! Только у пап иногда просыпается такая неуемная фантазия и воображение. И тогда может произойти все что угодно: и поиски клада прямо в квартире, и путешествие на плоту по бушующему морю, и сражение с морскими пиратами. Но все это будет тогда, когда малыш немного подрастет. А пока огромную радость и «паповозу», и маленькому пассажиру доставят всевозможные игры на коленках, «лошадки» на папиных плечах и прочие веселые забавы с подскоками.

Поиграть можно, например, так. Папа усаживает малыша к себе на колени, подбрасывает его вверх, раскачивает из стороны в сторону, приговаривая:

Поехали с орехами на бочке, на бочке,  
По ровной дорожке,  
По кочкам, по кочкам,  
По оврагам, по оврагам,  
По ухабам, по ухабам,  
На высоко-о-окою горку,  
В ямку бух!

На последних словах колени раздвигаются, и малыш с хохотом «падает» в ямку. Конечно, при этом его нужно придерживать за ручки. А катание на папе-«лошадке» — это еще и развивающая игра. Сидя на папиных плечах, малыш получает большой обзор, видит привычную комнату в совершенно новом, необычном ракурсе, что дает ему пищу для ума. Кроме того, для малыша — это

своего рода урок веселой физкультуры, помогающий развить ловкость, координацию движений, научиться управлять своим телом. Ведь положение крохи на сильных папиных плечах не очень устойчивое. Следовательно, маленький всадник прикладывает усилия, чтобы удержать равновесие. А для папы — это прекрасная возможность пообщаться с карапузом, доставить ему радость и удовольствие.

### **ЛАДУШКИ-ЛАДУШКИ**

Вы думаете, что игры с малышом в «Козу рогатую» и прочие «ладушки» — это удел бабушек и мам? Ошибаетесь! Папы тоже с удовольствием развлекают крошек подобными играми. Причем не всегда можно точно ответить на вопрос: кто радуется больше — малыш или папа? Но если играть в «козу», которая «забодает-забодает», умеют практически все папы, то другие забавы с пальчиками и ладошками им чаще всего не знакомы. Выход здесь прост. Папу нужно этим играм научить. Сыграйте несколько раз в «Ладушки», «Сороку-ворону» или еще какую-нибудь пальчиковую игру все вместе, и в следующий раз папа и сам будет хлопать с сыном или дочуркой в ладоши или загибать крошечные пальчики.

А вот вам замечательная игра-стишок для пальчиков. Рассказываем малышу потешку и загибаем по очереди пальчики сначала на одной ручке, а потом на другой:

Кто в деревне живет?

Лежебока рыжий кот,

Маленький теленок,

Желтенький цыпленок,

Белая овечка,

Мышка под крылечком!

Раз, два, три, четыре, пять -

Их не трудно сосчитать!

Кто в лесочке живет?

В темной норке — серый крот,

Под кустом — зайчонок,

В ельнике — лосенок,

За горой — лисичка,

На сосне — синичка!

Раз, два, три, четыре, пять -

Будем пальцы загибать!

(И. Гурина)

Сначала папа будет играть с малышом. А чуть позже и кроха выучит стишок и станет загибать своими крошечными пальчиками большие папины пальцы. Очень трогательная картинка!

### **Играем в машинки**

Вот во что еще можно поиграть с папой, так это в машинки! Мамы совершенно не умеют играть в эту игру, хотя очень стараются. А папа сможет придумать множество разных сюжетов для игры: и гонки от одной стены комнаты до другой, и строительство гаражей, мостов и тоннелей из кубиков, стульев и диванных подушек — и даже придумает, как открыть дома настоящую автомастерскую.

Но малышу будет интересно не только играть машинками, но и самому превратиться в машину. Малыш берет в руки игрушечный руль, а папа подает

<https://vk.com/doshkoll>

команды: «вперед», «задний ход», «быстрее», «медленнее», «стоп», «подать сигнал» и т. п. Шум мотора должен соответствовать размеру машины. Большая машина гудит громко, маленькая — тише. Стараясь имитировать звуки мотора и гудков разных машин, малыш тем самым будет тренировать свой артикуляционный аппарат.

Даже просто рассматривать машинки с папой очень интересно. Папа может рассказать сыну или дочурке, как называется каждая часть машины и для чего она нужна. Машинки можно сортировать по цветам и размеру. Бурю восторга вызовет у малыша игра в поезд. И не беда, что комната на время превратится в железнодорожный вокзал. Сначала поиграем, а потом вместе займемся уборкой. Итак, выстраиваем поезд из стульев и табуретов, рассаживаем в вагоны игрушки и усаживаемся сами. Малыш — за машиниста. Ту-ту, чух-чух-чух! Поехали!

Третий звонок. Дон-дон-дон!

Пассажиры, кошки и куклы, в вагон!

До свиданья, пишите!

Машите платками, машите!

Машинист, свисти!

Паровоз, пыхти:

Чах-тах!

Поехали-поехали...

(С. Черный)

## **ЗАБАВНОЕ МНОГОБОРЬЕ**

А не устроить ли нам смешные соревнования? Именно смешные, потому что серьезные состязания пока не для малыша. Он еще не умеет с достоинством проигрывать. И если у папы все время будет получаться что-то лучше, чем у него, непременно расстроится. Поэтому играем не ради выигрыша, а просто ради веселья. И, конечно, для пользы. Потому что любое подобное упражнение — это тренировка моторики, координации движений, глазомера, ловкости.

Состязание первое. Ставим на пол бутылку или банку с широким горлышком, выдаем каждому игроку по 10 горошин или фасолин. Задача игрока — стоя в полный рост над бутылкой, бросать горошины по одной вниз, стараясь забросить их в бутылку. Кто сделает это точнее: папа или малыш?

Состязание второе: помещаем на некотором расстоянии от себя небольшую картонную коробку или любую другую подходящую емкость и бросаем в нее прищепки.

Состязание третье: фрисби. Обозначим площадку на полу, расстелив полотенце. Стараемся метнуть одноразовую бумажную или пластиковую тарелку так, чтобы она приземлилась точно на полотенце.

И, наконец, состязание четвертое: бег паучков. Покажите малышу, как можно в считанные секунды превратиться в паучка: сядьте на пол, обопритесь об пол руками за спиной, приподнитесь на руках и ногах и... побежали! Сначала вперед, а потом и назад. А затем поучите малыша ходить на руках, держа его за ноги.

## **ВЕСЁЛЫЕ ЗАБАВЫ**

Возможно, папе будет не слишком интересно собирать с малышом пирамиду или подбирать вкладыши к рамкам. Но вот поиграть с крохой в мячик папа вряд ли откажется. Вариантов таких игр множество. Можно сесть с малышом друг напротив друга и катать мячик друг другу. Можно учиться бросать и ловить мяч руками.

<https://vk.com/doshkoll>

Умение бросать мяч — важный навык. Обратите внимание ребенка, что бросать мяч можно по-разному: из-за головы, от груди, снизу вверх, двумя руками, только левой или только правой. Постепенно осваивайте все способы и совершенствуйтесь в них. Не менее важно научить малыша ловить мяч. Начинайте с маленького расстояния, почти вкладывая мячик в руки крохи, потом увеличивайте расстояние. Важно подобрать подходящий мяч. Он должен быть достаточно большой, но при этом легкий. Хорошо подойдет немного спущенный пляжный мячик, который малышу будет удобно ловить и удерживать в ручках. А можно и в футбол поиграть. Эта игра нравится, не только мальчишкам. Девочкам тоже доставит немалое удовольствие толкать мяч ногой на радость папе. Такое упражнение хорошо развивает координацию и чувство равновесия. А воротами будут по очереди папины ноги и ноги малыша.

Сначала малыш забивает мяч в папины ворота, а потом кроха играет роль ворот. В качестве ворот можно использовать стул или табурет или выложить ворота из кубиков. Еще интересно сыграть в импровизированный баскетбол, стараясь попасть мячиком в стоящую на полу или на диване картонную коробку. А что, если построить из кубиков фигурки наподобие городков и сбивать их небольшим мячиком? Причем, мячик можно как катить, так и бросать. Такая игра тренирует согласованную работу зрения и рук, развивает крупную и мелкую моторику и удовлетворяет присущую большинству малышей жажде «разрушений». А потом можно новые домики из кубиков построить. Вместе с папой, конечно.

Воздушные шарики любят все без исключения малыши. А игра такими шариками вместе с папой в волейбол — вот веселье так веселье! Нужно только надуть пару шариков и протянуть веревку между двумя стульями. Теперь папа и малыш садятся по разные стороны импровизированной «сетки» и перебрасывают через нее воздушный шарик. Малыши могут шарик ловить, а ребята постарше пусть учатся его отбивать.

Попробуйте сыграть с малышом в игру, которую каждый из нас знает под названием «наперстки». Но, в отличие от мошенников, мы не станем делать ничего предосудительного, а просто потренируем умение малыша решать поставленную задачу и поразвиваем зрительно-двигательную координацию, внимание, память. Для игры нам понадобится три разноцветных кружки или маленькие мисочки. На глазах у малыша спрячьте под одной из мисок печенье, конфету, яблоко или небольшую игрушку. Затем начинаем передвигать миски по кругу. Сможет ли малыш после ваших манипуляций сообразить, где спрятан предмет? Если угадал, печенье можно съесть (не забыв разделить его с папой), а игрушкой — поиграть. Если малыш легко справляется с заданием, попробуйте взять мисочки одного цвета. Сможет ли малыш теперь запомнить ту миску, под которой хитрый папа спрятал печенье?

Для самых крошечных карапузов подойдет такая забава. Пока мама занята, папа может помочь малышу лучше познакомиться с предметами, которые находятся в квартире. Возьмите кроху на руки и скажите: «Сейчас мы побежим с тобой к дивану. Побежали, побежали!» Подойдите к дивану и скажите: «Прибежали! Вот диван!» Теперь бежим к телевизору, холодильнику, на кухню, в ванную, к маме, к кошке, к часикам, словом ко всему, что найдется в квартире.

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/01/24/igraem-vmeste-s-papoy>