



## МБДОУ ПОДТЕСОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №29

## МЫ ВАС ЖДЕМ

---

663168, Красноярский край,  
пгт. Подтесово, пер. Талалихина, д. 7

Консультационный пункт  
МБДОУ Подтесовский детский сад №29

Телефон: +7 (950) 411-93-54



## ДЕТСКИЕ СТРАХИ:

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ?

## 1. НАРИСУЙ СВОЙ СТРАХ

Ребенку предлагается нарисовать свой страх на листе А4. Когда рисунок готов, спросите: «Что изображено на рисунке?» «Расскажи о нем подробнее».

«Какие ощущения у тебя возникали во время рисования?». «Что мы теперь сделаем с этим страхом?».

## 2. ПРИДУМЫВАЕМ СКАЗКУ.

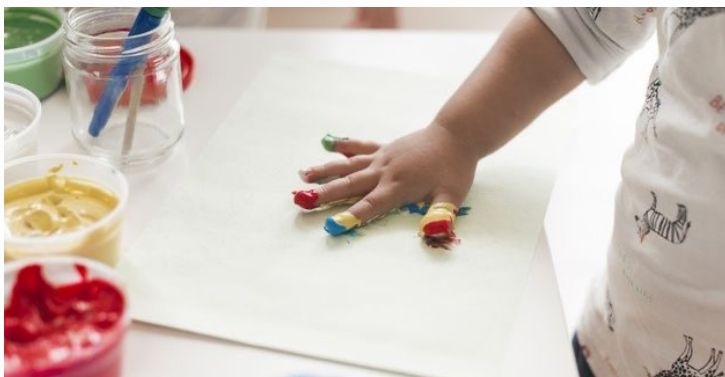
Сочините вместе с ребёнком сказку о волшебном сундуке, в котором лежит то, что побеждает все страхи. Что это может быть? Попросите ребёнка нарисовать это.

## 3. ПРИДУМЫВАЕМ И РИСУЕМ ДРУГА.

Спросите ребёнка: «Как ты думаешь, кто никогда и ничего не боится?» Когда ребёнок ответит, скажите: «Давай попробуем его (ее) нарисовать».

## 4. РАДУГ СИЛЫ.

На листе акварельной бумаги нарисовать радугу, из кусков пластилина (основных цветов спектра) отделять небольшие кусочки. Предложите ребенку размазывать кусочки, повторяя вслух: «Я смелый!» - ребенок повторяет, размазывая пластилин правой рукой; «Я сильный!» размазывая пластилин левой рукой.



## 5. ГДЕ ЖИВЕТ СТРАХ?

Предложите ребенку несколько коробок разного размера, скажите: «Сделай, пожалуйста, дом для страха и закрой его крепко».

## 6. НАПУГАЕМ СТРАХ.

Предложите ребенку послушать и повторить за вами стихотворение:

Страх боится солнечного света,  
Страх боится летящей ракеты,  
Страх боится веселых людей,  
Страх боится интересных затей!  
Я улыбнусь, и страх пропадет,  
Больше меня никогда не найдет,  
Страх испугается и задрожит,  
И навсегда от меня убежит!

Ребенок повторяет каждую строчку, улыбается и хлопает в ладоши.

## 7. ВЫКИДЫВАЕМ СТРАХ.

Из пластилина дети катают шарик, приговаривая: «Я выкидываю страх». Затем шарик выкидывают в мусорное ведро.

## 8. ЕСЛИ БЫ Я БЫЛ БОЛЬШОЙ.

Предложите ребенку представить, что он вырос. «Как ты будешь прогонять страх у детей, когда сам (сама) станешь взрослым?».

## 9. ОТПУСКАЕМ СТРАХ.

Надуйте воздушные шары, дайте ребенку. Отпуская шар в небо, повторять: «Шар воздушный улетай, страх с собой забирай».

## 10. ЗАКАПЫВАЕМ СТРАХ.

Подготовьте коробочки с печем и одну большую пустую коробку. Слепите из глины несколько плоских кругов. Спросите ребенка: «Как будет называться этот страх?» (страх темноты, страх шума, страх «меня не заберут из сада» и т.д.).

Получив ответ, предложите ребенку закопать свой страх. Когда все страхи будут закопаны, поставьте коробочки в большую коробку и предложите ребенку нарисовать сторожа, который не выпустит страх из коробки.

## 11. ПАЛЬЧИКОВЫЙ КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР.

Разыграть сценки, в которых одна из кукол всего боится, а другие помогают справиться со страхом. Следует спрашивать детей, какие варианты борьбы со страхом они могут предложить.

## 12. ЗАТОПЧЕМ СТРАХ.

На полу расстелите три листа ватмана. В пластиковые тарелки налейте краски. Предложите ребенку наступить в краску и пройти по ватману со словами: «Страх сейчас я затопчу, я отважным стать хочу!».