

## Рекомендуемые фильмы, книги и игры для борьбы с детскими страхами.

Ребёнок освобождается от страха, если он переживает это чувство. Чтобы помочь ребёнку пережить страх, можно предложить посмотреть детские художественные и мультипликационные фильмы, или почитать сказки и другие художественные произведения, в которых герои преодолевают свой страх.

Рекомендуемые художественные фильмы для детей:

- «Приключения Карика и Вали»;
- «Новогодние приключения Маши и Вити»;
- «Приключения жёлтого чемоданчика».

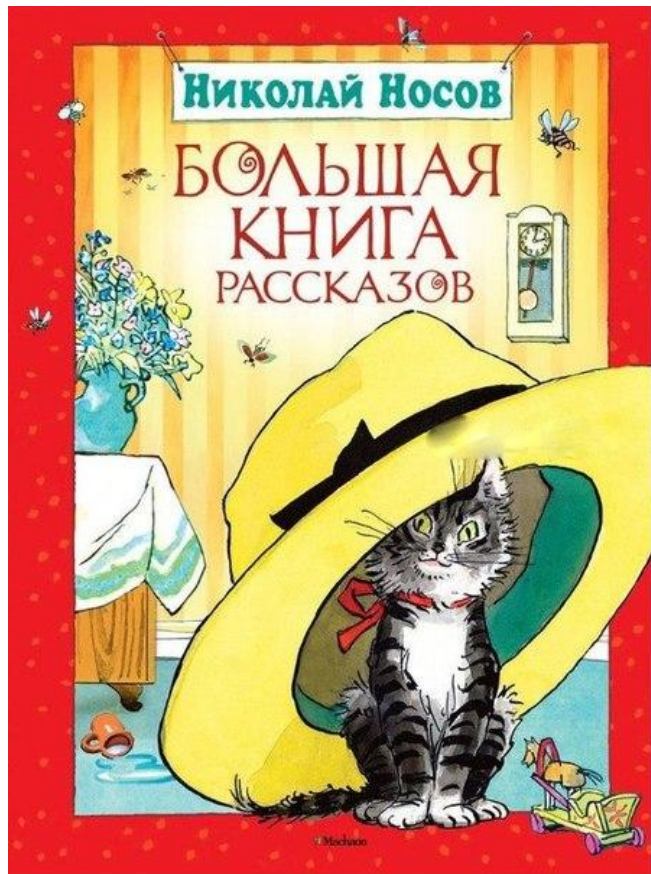


Рекомендуемые мультипликационные фильмы для детей:

- «Бояка мухи не обидит»;
- «Змей на чердаке»;
- «Нехороший мальчик»;
- «Ничуть не страшно»;
- «Дедушка Ау».



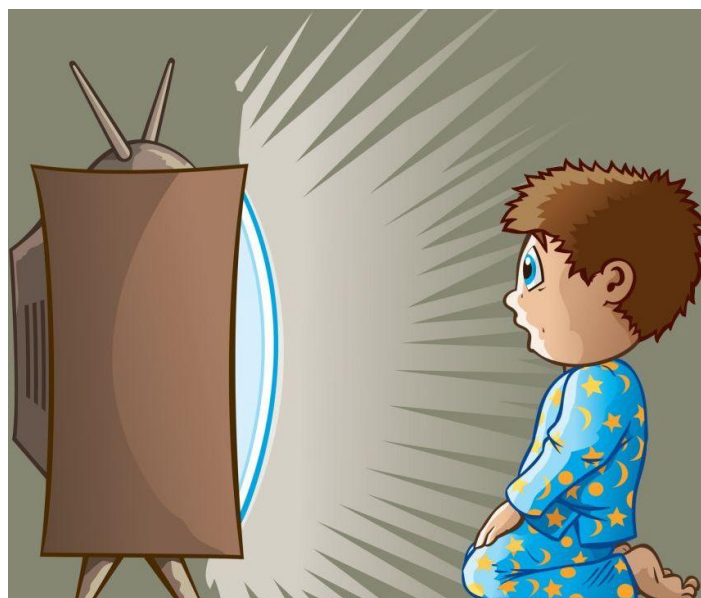
Рекомендуемая художественная литература для совместного чтения с детьми старшего дошкольного возраста:



- «Тук-тук-тук» Николай Носов;
- «Живая шляпа» Николай Носов;
- «Прятки» Николай Носов;
- «Находчивость» Николай Носов.



Для уменьшения у детей дошкольного возраста важно исключить просмотр детьми художественных фильмов – «ужасов».



Чтобы помочь детям преодолеть страхи, необходимо детям за 30 минут до сна давать пить тёплое молоко. Оно успокаивает ребёнка. Кроме этого уменьшению страхов у детей способствует выезд на природу. Способом избавиться от страхов – давать ребёнку возможность действовать самому. Ребёнок перестаёт бояться, если взрослые, находящиеся рядом позволяют ему проговаривать вслух свои страхи, поскольку эмоции, выраженные словами, теряют свою силу.



## **Игры, способствующие освобождению от страхов.**

Качели. Ребёнок садится в позу «зародыша»: поднимает колени и наклоняет к ним голову, ступни плотно прижаты к полу, руки обхватывают колени, глаза закрыты. Взрослый встаёт сзади, кладёт руки на плечи сидящему ребёнку, и осторожно начинает медленно покачивать его, как качели. Игра способствует возникновению у ребёнка чувства родительской защищённости, надёжности

Сражение. Родителям и ребёнку предлагается бросать друг в друга мелкими, нетяжёлыми предметами из-за укрытия в виде стульев, поставленных напротив друг друга на расстоянии нескольких метров. Главное – попасть и увернуться.



Игра способствует уменьшению страха боли, уколов, неожиданного воздействия, способствует ослаблению напряжённости между взрослыми и ребёнком.

Данную информацию можно найти на официальном сайте  
МАДОУ №13

<http://www.ds13.snzsite.ru/index.php>