Игрушки - антистресс

Ритм нашей современной жизни таков, что стресс буквально преследует нас. Для того чтобы детям и взрослым помочь справляться со стрессовыми ситуациями были придуманы антистрессовые **игрушки.**

Главная цель этих **игрушек** - за непродолжительное время помочь справиться с напряжением, отвлечься, расслабиться, поднять настроение. Зарубежными специалистами доказано, что они способны производить терапевтический эффект. Такие **игрушки** также развивают мелкую моторику, внимание. Они очень полезны для гиперактивных, тревожных, эмоционально неустойчивых детей, для детей, у которых есть навязчивые действия.

Материал:

- эластичные воздушные шарики одного размера (желательно из плотного латекса);
- различные наполнители (крахмал, мука, горох, фасоль, рис);
- емкость с широким горлышком;
- ножницы.

Способ изготовления антистрессового мяча:

- Насыпать в емкость с широким горлышком любой желаемый наполнитель.
- Приготовить два шара одного цвета. Один шарик надут, закрутить и придерживая за основание надеть его на емкость с широким горлышком.
- Переворачиваем емкость, высыпаем муку в шарик.
- Снимаем и выпускаем лишний воздух из шарика, отрезается хвостик от шарика.
- Берем второй шарик и отрезаем у него хвостик. Надевает сверху на нашу заготовку.
- Берем третий шар обрезаем его, как показано на рисунке и используем как украшение для нашего мяча.

Играя с ребенком антистрессовым мячом, можно использовать речевые упражнения:

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательно учреждение «Детский сад «Сказка» комбинированного вида города Билибино Чукотского автономного округа»

МАСТЕР-КЛАСС

«ИГРУШКА-АНТИСТРЕСС»

Выполнила: воспитатель Рыжкова Е.С.