



**Консультация для родителей**

**Как использовать  
игру во время  
болезни ребенка**



Следует отметить, что от правильного поведения взрослых у постели заболевшего ребенка, организации его режима и игр во время болезни во многом зависят быстрота и полноценность выздоровления.

### **Существуют некоторые общие правила организации игр и занятий заболевших детей.**

- **Старайтесь дозировать подбор игрушек и занятий в зависимости от течения заболевания и состояния ребенка.**

В наиболее тяжелый период болезни врачи рекомендуют постельный режим, но и в постели ребенок может понемногу играть.

- **Позвольте малышу в этом случае просто подержать игрушку в руках (например, куклу, машинку).**
- **Следите за тем, чтобы все игры и занятия во время болезни ребенка были спокойными, чтобы он не переутомлялся.**

Часто бывает, что посреди даже спокойной игры больной начинает капризничать, это означает, что ребенок устал.

- **Уложите капризного ребенка и спокойно поговорите с ним, отвлеките его рассказом или почитайте книжку.**
- **Оградите нездорового ребенка от избыточных раздражителей: притушите свет, уменьшите звук телевизора, создайте ему условия для отдыха нервной системы.**



- **Подбирайте для ребенка в этот период небольшие по размеру, легкие и неяркие игрушки.**
- **Не давайте детям во время болезни новых игрушек, действия с которыми требуют умственного напряжения, а также ограничьте их количество. Игрушки, разбросанные в беспорядке на постели, заставляют ребенка вертеться, некоторые игрушки падают на пол — все это вызывает дополнительную нагрузку, утомление больного малыша.**
- **При ветрянке или диатезах, когда дети испытывают сильный зуд кожи, а расчесывать ранки нельзя, займите руки ребенка выкладыванием узоров из мозаики или деревянным конструктором.**
- **Для сокращения частоты приступов кашля организуйте для малыша игры с водой: пускание корабликов, купание куклы, стирка в ванночке с теплой водой, которые помогут малышу забыть о кашле. Помните, что сухой воздух раздражает дыхательные пути, а увлажненный — благоприятно влияет на дыхательные пути ребенка.**
- **При любом заболевании легких и верхних дыхательных путей не разрешайте детям играть на полу, так как малыши сидят согнувшись, на корточках, сжав грудную клетку. При такой позе нарушаются кровообращение и вентиляция легких, затрудняется дыхание.**



**Играть на полу следует в спокойные игры, которые не требуют быстрых движений и не возбуждают ребенка.**

**Когда острый период заболевания прошел, температура стала нормальной и ребенок почувствовал себя лучше, важно, чтобы он спокойно играл.**

- **Предложите детям до 3 лет различные пирамидки, не очень сложные кубики для складывания картинок, небольшой строительный набор (кирпичики) и игры, не связанные с напряжением зрения; детям постарше — игры с мозаикой.**
- **Помните: чувства жизнерадостности, бодрости должны стать постоянными спутниками настроения малыша, тем более, что специальные исследования показали: невосприимчивость к инфекционным заболеваниям у жизнерадостных детей выше.**

**Полноценное развитие детской игры в любом возрасте — залог психического здоровья малыша!**

**Разумное использование игры во время болезни отвлечет ребенка от неприятных ощущений, будет способствовать более мягкому течению заболевания и скорейшему выздоровлению малыша.**

