

Статья «Игры с детьми в период адаптации ребенка к детскому саду»

Изменения, которые обрушиваются на ребенка с поступлением в детский сад, создают для него стрессовую ситуацию. А лучшее лекарство от стресса - смех. Поэтому в адаптационный период необходимо в группе создать такие условия, чтобы ребенок больше смеялся и занимался той деятельностью, которая приносит ему удовольствие. Конечно, это игровая деятельность. Игра способствует безболезненному вхождению ребенка в детский сад. Работу в этом направлении мы проводим большую, а я сегодня расскажу вам об играх, которые мне нравятся больше всего, которые у нас апробированы и приносят желаемый эффект.

На первом этапе мы используем индивидуальные игры с ребёнком, привлекая к игре маму. Мама приводит ребенка в детский сад и по необходимости остается или приходит позже. Присутствие мамы облегчает душевное состояние ребенка.

В игре **«Разговор с игрушкой»** именно мама помогает ребенку выразить свое эмоциональное состояние, переживания по поводу пребывания в детском саду.

Мама надевает на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Игрушки беседуют друг с другом, здороваются пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что его тревожит, поделится тем, что трудно высказать без специальной поддержки.

Еще одной своей находкой мы считаем игрушечную **«Коробочку радостей»**. Такая коробочка поднимет настроение робким застенчивым детям, чувствующим себя дискомфортно в группе. Родители дома готовят с ребенком такую «радостную коробочку», в которую складывают небольшие недорогие вещи, которые любит их ребенок, и приносят ее в детский сад. Ребенок в любую минуту может взять эту коробочку, потрогать ее содержимое и почувствовать себя дома.

Очень эффективны подвижные игры в паре с мамой. Они регулируют процессы возбуждения и торможения, снижают уровень тревожности, развивают пластику движений.

Например, игра **«Бабочки на весеннем лугу»**.

Эту игру любят абсолютно все дети: прятки, но не простые, а прозрачные. Прятки помогают справиться со страхами темноты и замкнутого пространства, с чувством одиночества (его в какой-то момент испытывает каждый ребенок). Накинув прозрачный шарф на лицо, ребенок видит все вокруг, но при этом — он спрятался! И маму, спрятавшуюся за прозрачным шарфом, он отыщет гораздо быстрее. Радость движения будет ярче, если

платки превратятся в крылья бабочек. Бабочки сидят, летают, кружатся, потягиваются, расправляя крылья.

Очень эффективной я считаю игру ребенка с мамой и куклой. Игра побуждает к рефлексии позитивных родительских чувств, вызывает положительное отношение к детскому саду.

Ход игры. Мама приносит в группу ребенку его любимую куклу (или мягкую игрушку, просит показать, где у куклы голова, ноги, живот и т. д. Предлагает причесать ее, умыть, накормить и т. д.

Важнейшими везде и всегда были, есть и будут игры с руками. Первые такие игры, конечно же, с мамами. Потому что только мамы помогут адаптировать ребенка не только к детскому саду, но и к игре. Ведь многие дети, впервые дни, боятся даже руку дать воспитателю, или кулак разжать. Поэтому именно мама предлагает ребенку игру «Кто в кулачке?»

Мама раскрывает кисти рук и шевелит пальцами и просит ребенка повторить. Помогает по необходимости.

По мере привыкания ребёнка к воспитателю, мы начинаем сами включаться в игру с ребенком в паре Основная задача коммуникационных игр на этом этапе – формирование эмоционального контакта, доверия детей к нам.

Для развития навыков общения и установления контакта ребенка и взрослого я провожу игру «Иди ко мне».

Отхожу от ребенка, маню его к себе, обнимаю и говорю ласковые слова.

Чтобы снять напряжение, расслабить ребенка очень подходит игра «Хоровод».

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Ход игры. Мы держим ребенка за руки, ходим по кругу, читаем стихи. При произнесении последней фразы все «падают» на землю.

С этой же целью мы проводим игру «**Покружимся**». Но в игру включаем двух игрушечных мишек.

На этапе обучения играм с ребенком в паре начинаю обучать детей приемам самомассажа. Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие, развивает мелкую моторику и координацию движений. Обучение простейшим приемам происходит в игре.

Игра «**Колочий ежик**» На ладонь кладу необычный шарик. Вместе с ребенком внимательно рассматриваем его. Оказывается, что он похож на ежика. Аккуратно кладу шарик на ладонь ребенка, прокатываю «ежика» по каждому пальчику, совершая массирующие движения.

Самомассаж кисти наряду с успокаивающим оказывает еще и общеоздоровительный эффект.

Увеличить число детей с легкой степенью адаптации мне помогает экспериментальная деятельность. Она развивает тактильное восприятие, наблюдательность, обогащает сенсорный опыт, стимулирует познавательную активность.

Игра «Что нам подскажут пальчики».

Ход игры:

На тарелку кладу природные материалы — шишку, каштан, камушек, косточку от персика. Рассматриваем, трогаем, описываем их. Затем предлагаю ребенку закрыть глаза, протянуть ладошку, отгадать, какой предмет лежит на ней. Игра учит легко приспосабливаться к различным обстоятельствам, развивает чувствительность рук.

Многолетняя практика позволяет мне утверждать, что уже в адаптационный период необходимо начинать проводить исследовательскую деятельность. Это работу я осуществляю через игры с водой. Вода — это уникальное средство для развития ребенка. Она поглощает негативную энергетику и стабилизирует эмоциональное состояние. Дает возможность познавать мир и возбуждает интерес к исследовательской деятельности.

Для игр с водой беру таз с теплой водой, фигурные губки, пластмассовые бутылочки с отверстиями, коробочки от киндер-сюрприза, разноцветные бусины, резиновые игрушки.

Ход игры:

Дети опускают в воду игрушки и предметы, играют с ними. Я даю задания: как можно больше взять предметов в одну руку и пересыпать их в другую; собрать одной рукой, например, бусинки, а другой — камушки; приподнять как можно больше предметов на ладонях. После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения — около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течение одной минуты.

Особой любовью пользуются у детей игры с песком. Песок помогает расслабиться, вызывает приятные тактильные ощущения; когда песок медленно сыпется — это зрительно завораживает.

Мы создаем в группе свою маленькую песочницу с белым «песком» (манной крупой). По песочку пробежится стадо лошадей, проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Можно закопать в песок игрушку, потом ее откопать; спрятать, а потом найти. На песке можно оставлять отпечатки рук, кулачков, предметов. А можно просто рисовать.

Полезно играть в песочнице двумя руками. Это помогает синхронизировать активность обоих полушарий головного мозга.

Из песка можно построить все, что хочется: быстро изменить постройку, превратить в другую — эти превращения отвлекают детей от переживаний, развивают тактильную чувствительность.

Развеселить плачущего ребенка, успокоить слишком расшалившегося, переключить внимание мне помогает Забава с «глазком».

Даю ребенку листок картона с вырезанной посередине дырочкой. Объясняю: это наши очки, они помогают разглядывать. Ребенок смотрит сквозь очки на все, что угодно — это обычно зачаровывает малыша.

Ребенок приходит в детский сад и, как правило, отгораживается от других детей и от незнакомых взрослых. И для преодоления таких защитных барьеров ребенка мы используем

Игры с кистями рук. Помимо преодоления защитных барьеров, такие игры развивают сгибательные и разгибательные мышцы рук и пальцев, их гибкость.

Ход игры: Взрослый выполняет движения и просит ребенка их повторить: отпускает пальцы вниз и шевелит ими – это «струи дождя». Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцами «кисточкой» кружки на щеках ребенка.

Игры мы подбираем таким образом, чтобы они помогли расслабиться рассерженному агрессивному ребенку, и в то же время ободряли робкого. Этим противоположных целей нам помогает достигнуть игра.

«Покатаемся на лошадке».

Ход игры. Сажаем ребенка на лошадку-качалку, раскачиваем то сильно, то слабо и произносим «но-но» то тихо, то громко.

Для достижения тех же целей, что и в предыдущей игре, мы играем с ребенком в «Мяч».

Ход игры. Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, имитирует отбивание мяча от пола. Потом «мячик» убегает, а взрослый ловит его.

В паре с мамой дети поиграли, в паре с воспитателем поиграли. Дети уже нам доверяют, и в этот период мы начинаем закладывать основы общения ребенка с взрослыми и сверстниками одновременно. То есть, организуем игры малыми группами и целой группой.

Пример такой игры **«Пришел петрушка».**

Цель: установление эмоционального контакта воспитателя с детьми, формирование процесса социальной адаптации у детей.

Ход игры. Приношу Петрушку, рассматриваю его с детьми. Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с петрушкой встряхивают погремушками, радуются.

Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, заботливого, улыбчивого человека.

Чтобы научить детей взаимодействовать, создать положительный эмоциональный климата в группе, я предлагаю поиграть в

«Поезд».

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Подвижная игра- это источник радости и одно из средств общения взрослого и ребёнка, так как эмоциональное общение возникает на основе совместных действий.

Игра **«Солнышко и дождик»** улучшает психофизическое самочувствие малышей посредством радостных, эмоциональных переживаний.

Мы учим детей не просто играть, а играть рядом. В игре **«Хоровод с куклой»** настраиваем детей на позитивное сотрудничество, создаем положительный эмоциональный фон.

Ход игры. Приношу новую куклу. Она здоровается с детьми, гладит каждого по голове. Прошу детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла предлагает потанцевать. Беремся за руки и танцуем вместе с куклой.

Игру сопровождаю улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Вариант: игра проводится с мишкой.

Хотелось бы сказать об Упражнении “Дышим животиком”. Это упражнение несет успокоительный эффект.

Брюшное дыхание – противострессовое, оно способствует уменьшению тревоги, возбуждения, вспышек отрицательных эмоций, приводит к общему расслаблению. Такое дыхание поможет ребёнку быстрее уснуть после разнообразных ярких впечатлений, полученных в течение дня.

Это упражнение мы делаем лёжа или сидя. Предлагаем детям положить ладонь на живот и почувствовать, как живот поднимается.

Работа диафрагмы должна восприниматься ребёнком и зрительно, и тактильно. Положим на живот игрушку, например кубик, и посмотрим, как она поднимается и опускается при вдохе и выдохе.

Особое внимание уделяем играм, направленным на формирование навыка выражать негативные эмоции приемлемым способом. Таковой является игра **«Храбрые лягушата»**.

Игра дает возможность детям в момент физического и эмоционального напряжения «выплеснуть» негативную энергию приемлемым способом.

од игры: По ходу игры дети комкают листочки и бросают их. Потом рвут их на много мелких кусочков, подбрасывают вверх, чтобы получился веселый салют. Результат салюта собираем в корзинку.

Малышам нравится игра-превращение в храбрых лягушат. В этой игре в буквальном смысле выплескиваются эмоции. И, конечно, подвижная игра — это источник радости и одно из лучших средств общения взрослого с ребенком.

Игры на сплочение коллектива также занимают особое место в адаптационный период.

Игра «Передай колокольчик».

Формирует у детей предпосылки к общению, учит обращаться друг к другу по имени, запоминать имена товарищей.

Ход игры. Дети стоят полукругом. Стоящий в центре звонит в колокольчик и приглашает в круг другого ребенка, называя его по имени. Дети, которые пока не могут произносить имена, пользуются указательным жестом.

Игра «Мяч в кругу».

Улучшает психофизическое самочувствие малышей на основе радостных, эмоциональных переживаний; воспитывает активно-положительное, доброжелательное отношение друг к другу, учит играть рядом, развивает моторику, глазомер.

Ход игры. Дети (8-10 человек) садятся на пол в круг и прокатывают мяч друг другу.

Дети эмоционально раскрепощаются в подвижных играх-забавах **«Мы топаем ногами»**.

Цель: сплочение группы, развитие способности быстро реагировать на инструкцию, снижение излишней двигательной активности.

Играющие становятся в круг. Взрослый читает стихотворение и выполняет с детьми то, о чем в нем говорится: топает, хлопает, бегают.

Детям в детском саду не хватает тактильного контакта, поэтому детям нравятся такие игры как

«Пускание мыльных пузырей».

Мне тоже нравится эта игра. В период адаптации она помогает снять эмоциональное напряжение и агрессию; снижает излишнюю двигательную активность, импульсивность; способствует установлению контакта друг с другом, сплочению группы; Я пускаю мыльные пузыри, а дети ловят их.

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: **Ход игры:** воспитатель пускает мыльные пузыри и говорит:

Потом предлагаю детям самим превратиться в мыльные пузыри и полетать под музыку. А затем говорю: «Ну-ка, пузыри, Собирайтесь в баночку».

Детки подбегают ко мне и прижимаются близко- близко друг к другу, как в «тесной баночке».

Также можно пускать зеркальцем солнечных зайчиков.

Ход игры: педагог предлагает детям сесть в круг, хлопать в ладоши, приговаривая:

В нашей группе, в нашей группе,

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят,

Вместе рядышком сидят.

Называем по очереди всех детей:

А у нас есть ... Настя

А у нас есть ... Петя и т. д.

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят

Вместе рядышком сидят.

В период адаптации также необходимо давать ребенку внутреннюю свободу (играть с кем хочу, где хочу, чем хочу, сколько хочу). Для этого мы в своей группе создаем условия для самостоятельных игр: предлагает малышам куклы, машинки, мячи и другие игрушки.