



*Подготовил воспитатель стационарного  
отделения ГУ ТО СРЦН № 4 п. Гвардейский:  
Даниленко Н.М.*

## *«Примерные игры в адаптационный период с детьми»*

Адаптация ребенка к новым для него условиям среды — тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и возможно, приводящий к стрессу. Поэтому, сгладить процесс адаптации ребенка, поможет правильно организованная игровая деятельность, направленная на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый», «ребенок – ребенок», включающей игры и упражнения.

Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю.

Ребёнок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнёра в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

## *Игры, направленные на формирование групповой сплоченности*

### *«Давайте познакомимся!»*

Дети с педагогом становятся в круг. Ведущий держит мяч (для этой игры лучше использовать надувной мяч, так как, он легкий и обычно яркий, красочный). Ребенок называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок ловит мяч, называет имя и имя следующего участника игры. Обычно малыши с удовольствием играют в эту игру, но ее можно разнообразить: вместо мяча передавать игрушку (самую красивую) или предложить детям приветствовать друг друга по имени.

### *«Раздувайся, пузырь!»*

Дети с педагогом создают тесный кружок – это «сдутый» пузырь. Все начинают его «надувать»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки, идут по кругу со словами: Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся! Получается большой растянутый круг. Затем ведущий (сначала педагог, а позже – кто-то из детей) говорит: «Хлоп!» — пузырь лопнул. Все должны разбежаться по комнате (разлетелись пузырьки).

### *«Гусеница»*

Дети встают друг за другом и держатся за плечи. В таком положении они преодолевают следующие препятствия: подняться и сойти со стула, проползти под столами, обогнуть «широкое озеро», пробраться через «дремучий лес», спрятаться от «диких животных».

### *«Медведи»*

Ведущий (сначала это может быть игрушка, затем ребенок) догоняет детей, разбегающихся по комнате. Те, до кого дотронулся ведущий, берутся за руки и образуют «цепочку». Следующих «медведей» ловят «цепочкой».

## *Игры для налаживания контакта с ребенком*

### *«Дай ручку!»*

Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку: Давай здороваться. Дай ручку!

Чтобы не испугать малыша, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным голосом. Чтобы общение было корректным, присядьте на корточки или детский стульчик — лучше, чтобы взрослый и ребенок находились на одном уровне, могли смотреть в лицо друг другу.

### *«Привет! Пока!»*

Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь. -Привет! Привет! Затем предлагает ребенку ответить на приветствие. -Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет! При прощании игра повторяется — педагог машет рукой. -Пока! Пока! Затем предлагает малышу попрощаться.

-Помаши ручкой на прощание. Пока! Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок начнет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно. Эта игра полезна тем, что учит правилам поведения между людьми.

### *«Коготки-царапки»*

Педагог читает стихотворение и изображает котенка: У белого котенка мягкие лапки (поглаживает одной рукой другую). Но на каждой лапке коготки-царапки (сжимает и разжимает пальцы)! Затем предлагает ребенку изобразить котенка. После того, как ребенок научится изображать котенка, можно предложить игру в паре: педагог сначала гладит руку ребенка, затем делает вид, что хочет поцарапать ее «коготками» (в этот момент ребенок может быстро убирать руки). Затем педагог и ребенок меняются ролями: ребенок сначала гладит руку педагога, затем «выпускает коготки» и пытается легонько царапнуть.

## *Игры на снятие эмоционального и мышечного напряжения*

### *«Кленовые листочки»*

Педагог включает спокойную музыку и каждому ребенку раздает кленовые листочки. Говорятся такие слова: Представьте, что вы-кленовые листочки. Пришла осень, ветер сорвал листочки с деревьев и они закружились в воздухе. Покажите, как танцуют листочки на ветру. Дети, изображая полет листьев, кружатся под музыку. Листопад, листопад (кружатся, изображая листочки), листья желтые летят (подбрасывают листочки вверх). Под ногой шуршат, шуршат (ходят по листочкам), скоро станет голым сад (ложатся на пол и слушают музыку).

### *«Поезд»*

Педагог предлагает поиграть в «поезд»: «Я – паровоз, а вы вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. «Поехали», — говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: «Чу-чу-чу». Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом,

потом замедляет ход, останавливается и говорит: «Остановка». Эта игра способствует отработке основных движений – бега и ходьбы.

### *«Догонялки» (проводится с 2-3 детьми)*

Воспитатель побуждает детей убежать от куклы, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: «Вот мои ребятки». Вариант: игра проводится с мишкой.

### *«Чертим разные фигуры»*

Педагог садится с ребенком за стол или на пол. Рисует на бумаге круг. Затем дает ребенку карандаш и водит его рукой с карандашом по бумаге, стараясь нарисовать круг. Говорит ему, когда закончит: «Какая хорошая получилась картинка». Таким же образом помогает малышу рисовать другие фигуры, проводить зигзагообразные линии и каждый раз повторяет: «Какая хорошая получилась картинка». Затем предлагает ребенку действовать карандашом самостоятельно. Каждый раз, начиная игру, воспитатель берет карандаш другого цвета – это поможет ребенку научиться различать цвета. Подобные игры способствуют развитию творческих навыков.

### *«Зайка»*

Дети, взявшись за руки, вместе с воспитателем ходят по кругу. Один ребенок – «зайка» — сидит в кругу на стуле («спит»). Педагог поет песенку: Зайка, зайка, что с тобой? Ты сидишь совсем больной. Ты не хочешь поиграть. С нами вместе поплясать. Зайка, зайка, попляши и другого отыщи. После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши. «Зайка» встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг. Игра повторяется.

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать условия для самостоятельных упражнений: предлагать малышам каталки, машинки, мячи.

Основными средствами работы служат разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, стишки, «ладушки» и «догонялки». Они быстро вовлекают детей в свой ритм, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В таких играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт.



### Список используемой литературы:

1. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. «Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. – М., 1991.

2. Калинина Р. «Ребенок пошел в детский сад. К проблеме адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении // Дошкольное воспитание, 1998, № 4.

3. Леонтьев А.Н. «Деятельность. Сознание. Личность». – М., 1997.

4. Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению.- М.: Книголюб, 2003.

5. Сертакова Н.М. «Игра как средство социальной адаптации дошкольников: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: ООО «Изд-во «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009.