

Игры с детьми в период адаптации ребенка к детскому саду

Подготовила
Педагог-психолог: Полянская О.С.

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, когда только ребеночек переступает порог детского сада, группы, 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, или воспитатель 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 нашей находкой считаю игрушечную «Коробочку радостей», или коробочка «Адаптошка», которая находится в группе. Такая коробочка поднимет настроение робким застенчивым детям, чувствующим себя дискомфортно в группе. В такую «радостную коробочку», складываются те предметы и игрушки, которые понравятся, отвлекут от тревожных эмоций и вызовут интерес у ребенка. Данную коробочку могут пополнить и мамы малышей положив туда любимую игрушку или предмет ее ребенка. Ребенок в любую минуту может взять эту коробочку, потрогать, поиграть с ее содержимым 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 «Зайка серенький сидит».

Эту игру любят абсолютно все дети: Игра помогает справиться малышам со страхами, тревожностью(ее в какой-то момент испытывает каждый ребенок). Радость движения будет ярче, если превратиться сначала в зайку и изобразить как он сначала боится, а потом весело пляшет на полянке, а затем

в лисичку, которая ищет и не может найти заек, которые спрятались под кустиком.

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».

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.

В адаптационный период оказывают положительное влияние игры с водой и песком. Вода-это уникальное средство для развития ребенка. Она поглощает негативную энергетику и стабилизирует эмоциональное состояние. Дает возможность познавать мир и побуждает интерес и любознательность ребенка.

Для игр с водой берем таз с теплой водой, фигурные губки, пластмассовые бутылочки с отверстиями, коробочки от киндер-сюрприза, резиновые игрушки. Дети опускают в воду игрушки и предметы, играют с ними. Дается задание: как можно больше взять предметов в одну руку и пересыпать их в другую; собрать одной рукой, например, губки, 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 5-10 минут, пока вода не остынет. Особой любовью пользуются у детей игры с песком. Песок помогает расслабиться, вызывает приятные тактильные ощущения; когда песок медленно сыпется - это зрительно завораживает.

С песком мы играем как в группе, так и на улице, в группе имеется 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. 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 помогали расслабиться рассерженному агрессивному ребенку, и в то же время ободряли робкого. Этим противоположных целей нам помогает достигнуть игра.

«Покатаемся на лошадке».

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

В установление эмоционального контакта педагога с детьми, формирование процесса социальной адаптации у детей помогают доброжелательные технологии, а именно «Гость группы»

Приходит в гости игрушка Веселая «Карамелька» из мультика «Три кота», рассматриваем ее с детьми. Карамелька гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Карамелькой встряхивают погремушками, радуются.

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

Чтобы научить детей взаимодействовать, создать положительный эмоциональный климата в группе, я предлагаю поиграть в «Поезд».

Цели такой игры 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.

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.

Хотелось бы поделиться Упражнением “Дышим животиком”. Это упражнение несет успокоительный эффект.

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

Это упражнение мы делаем 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.

Дети эмоционально раскрепощаются в подвижных играх-забавах «Мы топаем ногами», «Большие и маленькие ножки, идут по дорожке» Цель таких игр 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: топают, хлопают, бегают.

Детям в детском саду не хватает тактильного контакта, поэтому детям нравятся такие игры как «Пускание мыльных пузырей».

В период адаптации она помогает снять эмоциональное напряжение и агрессию; снижает излишнюю двигательную активность, импульсивность; способствует установлению контакта друг с другом, сплочению группы;

Целью является: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада. педагог пускает мыльные пузыри, дети их ловят, а затем 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» 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.