Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение детский сад № 29 городского округа города Райчихинска Амурской области

КОНСУЛЬТАЦИЯ

**« Роль игры в процессе адаптации ребенка к детскому саду»**

(для родителей детей, не посещающих дошкольное учреждение)

Старший воспитатель

МДОАУ д/с № 29

Валуй С.В.

Райчихинск, 2017

Поступление в детский сад – очень сложный период в жизни ребенка, поскольку это знакомство не только с новым местом, но и с новыми людьми. В **процессе адаптации ребенок** испытывает как эмоциональную напряженность, так и физическую, что может привести к нарушению сна, аппетита, нежеланию малыша идти в детский сад утром и тяжелое расставание с родителями.

Привыкание к детскому саду – довольно не простой процесс, ведь **адаптивные способности ребенка** в таком возрасте ограничены. Помочь в этом ребенку должен воспитатель и родители. Чтобы снизить эмоциональную напряженность малыша, необходимо переключать его внимание на деятельность, либо предмет, которые приносят ему удовольствие.

В раннем возрасте, 2-3 года наиболее эффективным методом в **процессе адаптации** является применение **игры**. В **процессе игры ребенок** может выражать свои эмоции, переживания, а также, учится общаться со сверстниками и взрослыми, что также оказывает положительное влияние на развитие речи малыша.

Так, в **процесс адаптации** можно использовать следующие **игры**:

**Игра *«Калейдоскоп настроения»***

**Цель** – снять эмоциональную напряженность и развивать воображение.

**Оборудование:** разноцветные салфетки, платочки, ленточки.

Используя разноцветные салфетки, платочки и ленточки, мы создадим поляну настроения. Так, на глазах у **ребенка** и при его участии происходит превращение: вместо скучной серой салфетки появляется *«красота»*. Помимо этого, продевание ленточки сквозь отверстие в салфетке способствует развитию мелкой моторики малыша — его пальчики становятся более ловкими, пробуждается творческое воображение.

**Игра *«Катится колючий ёжик»***

**Цель –** развитие мелкой моторики, формирование навыка делать соотносить свои движения с ритмом музыки.

**Оборудование** – шипованные мячи (по кол-ву детей), мультимедийное оборудование.

Воспитатель включает песню *«Катится колючий ёжик»*, а дети, повторяю за воспитателем, выполняют движения. Такая игра способствует развитию мелкой моторики, а также является хорошим развлечением для детей.

**Игра *«Подуем на султанчики»***

**Цель** – формирование навыка дуть на предмет *«сильно»*, *«слабо»*

**Оборудование:** султанчики *(по кол-ву детей)*.

Воспитатель, вместе с детьми, дует на султанчики *«сильно»*, *«слабо»*. Такое упражнение развивает работу диафрагмы и в то же время развивает способность у детей дуть на предмет с разной интенсивностью.

**Игра *«Рисунки на песке»***

**Цель** – снять эмоциональную напряженность и формировать умение держать палочку в руке и рисовать на песке.

Такую игру эффективнее применять на прогулке. Воспитатель показывает детям, что на песке можно не только играть, но и рисовать. Таким образом, у **ребенка** расширяется круг возможностей для **игры на улице**.

**Игра *«Поговорим с игрушкой»***

Цель – воспитывать доброжелательное отношение к игрушкам, развивать речь у детей.

Поскольку в возрасте 2-3х лет основная деятельность у **ребенка связана с игрушками**, то необходимо формировать навыки бережного обращения с игрушками у **ребенка**. Так, используя различные групповые игрушки, можно отвлечь **ребенка** от тяжелого расставания утром, а также занять **ребенка в течении дня**.

Используя данные **игры и упражнения**, **ребенку** будет легче привыкнуть к **детскому саду**, **адаптироваться к режиму дня**.

**Игра *«Полянка настроения»***

**Цель:** настрой на позитивное сотрудничество, создание положительного эмоционального фона, развитие воображения.

**Оборудование:** плетеные салфетки, цветные ленточки, цветная проволока.

## Ход игры:

Используя плетеную салфетку, разноцветные ленточки, шнурочки, бумажные салфетки, лепестки роз, мы создадим поляну настроения. Обычно ребенок видит дома следующую картину: мама моет посуду, варит кашку, а папа работает за компьютером или смотрит телевизор. Все взрослые заняты своими делами. И вдруг на глазах у ребенка и при его участии происходит превращение: вместо скучной серой салфетки появляется *«красота»*. Помимо этого, продевание шнурка сквозь отверстие в салфетке способствует развитию мелкой моторики малыша — его пальчики становятся более ловкими, пробуждается творческое воображение.

**Игра *«Колючий ежик»***

**Цель:** развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляция речевой активности.

**Оборудование:** массажный мяч.

## Ход игры:

Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Обучение простейшим приемам происходит в игре. На вашей ладони появляется необычный шарик. Вместе вы внимательно рассматриваете его. Оказывается, что он похож на ежика. Аккуратно **кладете** шарик на ладонь ребенка, прокатываете *«ежика»* по каждому пальчику, начиная с большого пальца ведущей руки, и чуть дольше задерживаетесь на подушечке каждого пальчика. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру. Действия сопровождайте стихами:

«Дай ладошечку, моя крошечка,

Я поглажу тебя по ладошечке.

Ходит-бродит вдоль дорожек

Весь в колючках серый ежик,

Ищет ягодки-грибочки

Для сыночка и для дочки»

**Игра *«Что нам подскажут пальчики»***

**Цель:** развитие тактильного восприятия, наблюдательности, обогащение сенсорного опыта, стимуляция познавательной активности.

**Оборудование:** природные материалы различной фактуры: каштан, грецкий орех, шишка, деревянный ребристый карандаш, гладкий камушек.

## Ход игры:

В плетеной коробочке вы **найдете** природные материалы — шишку, каштан, камушек. Рассмотрите, потрогайте и опишите их. Например, шишка — шершавая, камень — гладкий. Затем закройте глаза, протяните ладошку, отгадайте, какой предмет лежит на ней. Если в детском возрасте не тренировать движения и не обогащать сенсорный опыт (то, что мы чувствуем и воспринимаем через органы чувств), то, повзрослев, человек не будет обладать достаточной пластичностью ума, чтобы уметь легко приспосабливаться к различным обстоятельствам. При этом развивается чувствительность рук, активизируется внимание. К тому же подвижность пальцев рук тесно связана с развитием речи. Активизировать речевое развитие можно, используя обычную деревянную прищепку и карандаш: добываем огонь, показываем маятник, пропеллер. Важно вовлекать в движение большое количество пальцев, а сами движения проводить энергично.

Благодаря этой игре ребенок с нетерпением ждет новых переживаний, впечатлений, ощущений, на основе которых впоследствии у него появится возможность рассуждать, мыслить, решать проблемы.

**Игра *«Легкое перышко»***

**Цель:** развитие диафрагмального типа дыхания, стабилизация психоэмоционального состояния.

**Оборудование:** перышко, ленточка, прозрачная коробочка.

## Ход игры:

Находясь в новой обстановке, ребенок испытывает различные эмоции. Природа подарила человеку возможность управлять своими эмоциями с помощью регуляции дыхания. В корзиночке есть два разноцветных пера, соединенные нитью, а в прозрачной коробке — цветной шнур. Повесим ниточку с перьями на шнур, сделаем глубокий вдох и медленный долгий выдох так, чтобы наши перья колыхались в воздухе. У вдоха и выдоха есть своя психофизиологическая роль. Вдох возбуждает, мобилизует, усиливает мышечное напряжение; выдох успокаивает, рассеивает отрицательные эмоции, способствует расслаблению мышц. Успокоительный эффект достигается за счет увеличения времени выдоха по отношению к времени вдоха и брюшного *(диафрагмального)* типа дыхания. Далее выполняем следующие упражнения.

**Упражнение *«Дышим животиком»***

Обычно это упражнение делают лежа. А мы попробуем выполнить его сидя. Положите ладонь на живот и почувствуйте, как живот поднимается, когда мы делаем вдох, и опускается, когда мы делаем выдох.

Бегемотики лежали,

Бегемотики дышали.

То животик поднимается (вдох,

То животик опускается *(выдох)*.

Сели бегемотики,

Потрогали животики:

То животик поднимается (вдох,

То животик опускается *(выдох)*.

Работа диафрагмы должна восприниматься ребенком и зрительно, и тактильно. Положим на живот игрушку, например рыбку, и посмотрим, как она поднимается, когда мы делаем вдох, и опускается, когда мы делаем выдох:

Качаю рыбку на волне,

То вверх (вдох,

То вниз *(выдох)*

Плывет по мне.

**Игра *«Бабочки на весеннем лугу»***

**Цель:** регуляция процессов возбуждения и торможения, снижение уровня тревожности, развитие пластики движений.

**Оборудование:** цветные платки из легкой полупрозрачной ткани.

## Ход игры:

А сейчас мы поиграем в прятки. Но не в простые — а в прозрачные. Эту игру любят абсолютно все дети. Ничто не может сравниться с радостью, испытываемой ребенком, когда он обнаруживает любимого родителя, вытянувшегося по струнке за занавеской или в платяном шкафу. Кстати, эта любовь не случайна. Прятки помогают справиться со страхами темноты и замкнутого пространства, с чувством одиночества (его в какой-то момент испытывает каждый ребенок, а во время **игры** он должен некоторое время провести абсолютно один, да еще и в тайном, укромном месте). Итак, накинув прозрачный шарф на лицо, ребенок видит все вокруг, но при этом — он спрятался! Радость движения будет ярче, если платки превратятся в крылья бабочек:

Мы — бабочки весенние,

На листиках сидели

*(ребенок сидит на корточках)*.

Ветер дунул — полетели

*(встает, бегает по комнате, расставив руки в стороны)*.

Мы летели и летели

И на землю тихо сели

*(садится на корточки, замирает)*.

Ветер снова набежал,

Высоко он нас поднял

*(встает, поднимает руки вверх)*.

Он вертел нас и кружил

И на землю опустил

*(кружится по комнате, затем ложится на пол и замирает)*.

**Игра *«Наливаем, выливаем, сравниваем»***

**Цель:** развитие тактильного восприятия, возбуждение интереса к исследовательской деятельности.

**Оборудование:** таз с теплой водой, фигурные губки, пластмассовые бутылочки с отверстиями, коробочки от киндер-сюрприза, разноцветные бусины, резиновая игрушка.

## Ход игры:

Особой притягательной силой обладает вода. Теплая вода расслабляет и успокаивает. Хорошо в воду добавить отвары трав *(валерианы, мелиссы)*. Успокаивающий эффект обеспечит добавление в воду специальных ароматических масел: ромашкового, лавандового, мятного. Но предварительно лучше посоветоваться с врачом. В воду опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Если игра с водой происходит в дневное время, можно включить в нее познавательный компонент: сравнивать опускаемые в воду предметы по фактуре и весу. Можно заполнить миску с водой пуговицами, бусинками, монетками, небольшими кубиками и т. д. и поиграть с ними: ш взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую; т собрать одной рукой, например, бусинки, а другой — камушки; ш 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 растирать полотенцем в течение одной минуты.

**Игра *«Разговор с игрушкой»***

**Цель:** обучение способу выражения своего эмоционального состояния, переживаний, развитие навыков речевого общения.

**Оборудование:** игрушки *«бибабо»*, перчаточные игрушки.

## Ход игры:

Для ребенка в период жизненных изменений важна поддержка взрослого. У малыша есть потребность сообщить, что у него *«не так»*, но сделать это ему пока сложно. Помочь ребенку в этом может его любимая игрушка, которая ассоциируется с положительными эмоциями, ощущением комфорта и безопасности. Давайте попробуем надеть на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете, «почему мой… грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие **игры они играли**» и т. д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок расскажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать без специальной поддержки. Ученые установили, что дети, окруженные любовью и заботой, легче переносят стрессовые ситуации, в их организме вырабатывается меньше кортизола — гормона, негативно воздействующего на обмен веществ, иммунную систему, мозг. Родительское тепло и чуткость помогают малышу управлять своими эмоциями. Дошкольнику важно чувствовать контакт с мамой *(и физический в том числе)*. Ведь общаясь с ребенком, мы как бы говорим ему: *«Я тебя люблю, мне хорошо рядом с тобой»*.

**Игра *«Рисунки на песке»***

**Цель:** развитие тактильной чувствительности, визуализация понятия *«Я»*.

**Оборудование:** цветные пластиковые подносы, манная крупа.

## Ход игры:

Давайте вспомним одну из самых любимых игр-занятий нашего детства. Когда на улице становилось тепло, детвора собиралась в песочнице. Создадим свою маленькую песочницу с белым *«песком»* *(манной крупой)*. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По песочку пробежится стадо лошадей, проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучи, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Почему дети любят играть в песке?

Песок помогает расслабиться:

• руки зарываются в песок — это приятные тактильные ощущения;

• песок медленно сыпется — это зрительно завораживает;

• из песка можно построить что угодно, все, что хочется — быстрые изменения, превращения отвлекают от переживаний.

А в целом играть с песком просто интересно. Полезно выполнять движения двумя руками. Это помогает синхронизировать активность обоих полушарий головного мозга, стимулирует развитие логического, отвечающего за речевое развитие левого полушария, и интуитивного, эмоционального правого полушария.

**Игра *«Дом счастливого ребенка»***

**Цель:** повышение ответственности родителей за изменение социальной роли ребенка, побуждение к рефлексии позитивных родительских чувств.

**Оборудование:** игровой материал.

## Ход игры:

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был счастлив. А счастье — это когда рядом мама и папа, у них хорошее настроение, когда есть любимые и интересные игрушки, есть место для всех — *«счастливый дом»*. Давайте попробуем построить *«Дом счастливого ребенка»*. У нас есть полянка, игрушки: мебель, животные, куклы, машинки, конструктор. Можно использовать все, что находится в этой комнате. Удовольствие, с которым вы сегодня играли, важно *«не расплескать»* и передать его своим детям. Человек так устроен, что привязанности, особенно между детьми и родителями, *«питаются»* позитивными эмоциями.