

Тренинг с элементами игры: «Игры дома для детей в адаптационный период».

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 малыша, впервые пришедшего в детский сад, 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 взрослому, а также сплочение детского коллектива. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

Преимущества игры перед другими средствами:

- позволяет маленькому ребенку ощутить себя «всемогущим»;
- помогает познать окружающий мир, развить самоуважение,
- развивает искусство общения;
- помогает управлять своими чувствами;
- дает возможность переживать массу эмоций.

Являясь одной из граней окружающего мира, игра влияет на развитие памяти, мышления, внимания, речи, происходит усвоение в ней социальных и нравственных норм. Одновременно игра является сильнейшим эмоциональным фактором, центром эстетических переживаний, средой формирования волевых качеств и коммуникативных навыков. Важно, что традиционная игра вносит много нового во взаимоотношения между детьми и взрослым, побуждает их к сотворчеству, благоприятно сказывается на психической и эмоциональной сферах тех и других.

Требования к играм, проводимым в адаптационный период:

- они должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием;
- не должны быть слишком длительными (лучше играть с детьми по несколько раз в день, но понемногу), но должны систематически повторяться;
- использование музыки, танцевальных движений и рисования помогает снять эмоциональное напряжение у детей, раскрепоститься и выразить свои чувства, переключить внимание, снизить возбудимость, настроить на позитивный лад;
- инициатором игры выступает взрослый, который проявляет большую заинтересованность, контролирует полностью ее ход и создает приятную, комфортную атмосферу;
- не нужно оценивать детей, давая возможность проявлять спонтанные и естественные реакции;
- не стоит настаивать на активном участии всех детей. На первых порах уместно позволить некоторым детям просто понаблюдать за происходящим. Особенно, если есть нерешительные, робкие дети;

- периодически можно приглашать родителей для участия в таких игровых действиях и рекомендовать данные игры для повторения в домашних условиях, а также организовывать дома игры на тему пребывания ребенка в детском саду.

Игры, направленные на формирование групповой сплоченности

1. «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.

2. «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).

3. «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».

4. «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 с песком

В играх с песком проявляется естественная активность ребенка. Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице, именно поэтому естественно использовать песочницу, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия. Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Идея терапии с использованием песка была предложена швейцарским психологом и философом К.Г.Юнгом. Наблюдая за играми детей в песочнице, мы видим, как положительно влияет песок на эмоциональное самочувствие, являясь прекрасным средством для развития и самореализации ребенка. На этапе адаптации ребенка используем обучающие игры, направленные на развитие тактильно – кинестетической чувствительности и мелкой моторики. Эти несложные упражнения доступны детям и способствуют стабилизации эмоционального состояния, что в высшей степени важно в первые дни пребывания ребенка в дошкольном учреждении. Песочница может быть любой формы, но для коррекционных занятий предпочтение отдается квадратной или круглой: эта форма на подсознательном уровне улучшает процессы интеграции личности. Внутренняя поверхность должна быть окрашена в голубой или синий цвет – дно песочницы символизирует воду, а борта – небо. К песку предъявляются определенные требования: он должен быть чистым, просеянным (желательно прокаленным). Кроме лопаток, формочек, совочков, должна быть собрана коллекция небольших игрушек и предметов.

1. Отпечатки наших рук: поверхность песка ровная; песок влажный. Ребенок и педагог по очереди делают отпечатки кистей рук – то внутренней, то внешней сторонами. Необходимо слегка вдавливать руку в песок, прислушиваться к своим ощущениям. Песок прохладный или теплый, сухой или мокрый, когда двигаем руками по песку – чувствуем маленькие песчинки.

2. Отпечатки кулачков, костяшек пальцев:

задание – найти сходство со знакомыми предметами (цветок, солнышко, ежик).

3. Скользить ладонями по поверхности песка – зигзагообразные и круговые движения:

задание – показать, как едет машина, ползет змея, карусель. Наряду с играми с песком можно проводить **игровые действия сводой**. Ценность этих упражнений в том, что наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики ребенок говорит о своих ощущениях, развивает речь, произвольное внимание, память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать проблемы в игре.

Игры для налаживания контакта с ребенком

1. **«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.

2. **«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.

3. **«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

1. **«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).

2. «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.

3. «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.*

4. «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.*

5. «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 увлекают 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.