

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №81 «Мальвина»

Картотека игр для детей в период адаптации

Составила: Тарануха А.С.
педагог-психолог

Игры для детей в период адаптации в детском саду.

Адаптация — привыкание к новым условиям существования. Именно это происходит с ребёнком, когда его буквально вырывают из родной домашней уютной обстановки и начинают водить в детский сад. По ощущениям (с его точки зрения) это то же самое, как если бы человек попал на другую планету. Стресс вызывает буквально всё:

отсутствие близких людей рядом (особенно мамы);

необходимость соблюдать новый режим дня: есть — строго по часам, и уже не попросишь у мамы мишку Барни или ФрутоНяню, когда захочется;

наличие большого количества кричащих, шумных, дерущихся детей рядом, с которыми почему-то надо делиться игрушками и соблюдать их правила игры; отсутствие того пласта внимания, которое ему уделялось раньше: ведь тётеньке воспитательнице нужно следить сразу за всеми;

новые правила, которые требуют неукоснительного выполнения: убрать за собой игрушки, помыть руки, не шуметь во время сна, ходить парами и т. д.

Игры в период адаптации направлены на налаживание доверительных отношений с каждым ребёнком и на создание положительного отношения к детскому саду. Они помогают решать следующие задачи:

- создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение тревожности и агрессии у детей;
- формирование доверия к воспитателю;
- формирование чувства уверенности в окружающем;
- помощь ребёнку в освоении новой среды.

«Встреча».

Дети разбиваются на пары и рассказывают друг другу о том, как они утром шли в детский сад.

Цель — развивать коммуникативные способности.

«Природа грустит»

Взрослый говорит детям: вы ведь плачете, когда вас обижают? После ответа, он задает вопрос: как вы думаете, может ли и природа плакать, если кто-то ее обидит? Вот осенью идет дождик, это природу кто-то обидел?

Далее ведущий предлагает детям обсудить, почему природа может плакать и как ее могли обидеть. Для разнообразия можно выбирать не абстрактные явления, а деревья или цветы. Дети должны предложить различные варианты: как можно пожалеть природу и помочь ей. В процессе обсуждения ведущий спрашивает, можно ли точно так же

пожалеть своего друга, если его обидели. Дети приходят к выводу, что сочувствие и поддержка – это не сложно.

Цель – развитие умения сочувствовать, переживать.

«Прорвись в круг».

Ребенка, испытывающего наибольшие сложности в общении со сверстниками, отводят в сторону. Остальные дети встают в круг, крепко взявшись за руки. Ребенок должен разбежаться, прорвать круг и проникнуть в него.

Цель — помочь поверить в себя, преодолеть робость, войти в коллектив сверстников.

«Круг-кружочек»

Дети становятся в круг. Воспитатель произносит следующие слова: «Круг-кружочек, где ты, наш дружочек?» Дети идут по кругу, взявшись за руки. Затем воспитатель говорит: «Раз, два, три, покажись, Марина, ты!» Все останавливаются, а тот ребенок, чье имя названо, выходит в центр круга и кружится. В кругу должны побывать все играющие дети. Игра заканчивается общей пляской.

Если включить в содержание игры более сложные движения (стоящий в кругу ребенок сам выбирает движение), то в нее могут играть и более старшие дети.

Цель – развитие внимания, коммуникативных навыков, уверенности в себе.

«Доверяющее падение».

Две пары детей (не более) встают друг за другом между двумя линиями. Взрослый — между парами детей (для страховки). Один ребенок падает, другой его ловит. Падающий должен закрыть глаза, не подстраховывать себя, расслабиться.

Цель — развивать уверенность в поддержке сверстников, доверие к ним.

«Подними, покачай».

Ребенок ложится на ковер, расслабляется, закрывает глаза. Воспитатель поддерживает его под мышки. Дети осторожно поднимают его со всех сторон, затем легко качают. Воспитатель спрашивает: «Тебе приятно? Не страшно? Друзья крепко тебя держат, они не позволяют тебе упасть».

Цель — дать ребенку понять, что сверстники поддерживают его, заботятся о нем.

«Море волнуется».

Ребенок ложится на одеяло. Дети поднимают его, держась за одеяло со всех сторон. Говорят: «Море волнуется раз» (тихо); «Море волнуется два» (громче); «Море волнуется три» (еще громче). Ребенок старается их перекричать: «А я не боюсь моря!»

Цель — помочь преодолеть робость, страх; формировать уверенность в себе.

«Подари шарик»

Дети стоят в кругу и держат в руках веревку, продетую через пластмассовый шарик, который может передвигаться по ней. Дети передвигают шарик друг другу со словами: «Дарю шарик Славе» (называется имя ребенка, стоящего рядом). В конце можно провести игру «Догони шарик». Воспитатель держит в руках веревку так, чтобы шарик был на полу, и убегает. Дети догоняют его.

Для старших дошкольников в качестве усложнения можно предложить придумать доброе пожелание тому, кому шарик передается («Желаю Тане здоровья» и т. п.).

Цель - развить умение общаться, повысить сплочённость в группе, повысить вежливость в детях, доброжелательность.

«Общение в паре».

Дети разбиваются на пары, садятся спина к спине. Один шепотом рассказывает о чем-либо, потом спрашивает другого, о чем и что он говорил. (Рассказывая, ребенок должен попытаться описать свои ощущения.)

Цель — развивать умение внимательно слушать и запоминать.

«Исследование лица».

Дети разбиваются на две шеренги, встают лицом друг к другу. Дети одной шеренги закрывают глаза; в другой меняются местами (произвольно) и подходят ближе к первой шеренге. Дети с закрытыми глазами ощупывают лицо и волосы подошедших и называют их имена. (Условие: дотрагиваться до одежды нельзя.)

Цель — развивать коммуникативность, тактильную память.

«Волшебник»

Все дети встают в круг, положив ручки друг другу на плечи. Один из детей выбирается «волшебником», воспитатель завязывает ему глаза и переводит в другое место круга. Теперь рядом с ребенком стоят уже другие дети: коснувшись руками их плеч, «волшебник» должен сказать, кто это. Воспитатель просит ребят сохранять тишину во время отгадывания, чтобы не рассеялось «волшебство».

Цель — сформировать доверительные отношения в группе.

«Животные».

Воспитатель предлагает детям изобразить кого-либо из животных (шустрому ребенку — медведя; медлительному — зайца, белку; трусливому — тигра, льва и т. д.).

Цель — развивать воображение, двигательные навыки.

«Рисование на спине».

Дети разбиваются на пары: ребенок рисует пальцем на спине другого геометрические фигуры, простые изображения (дом, елка, солнце, лесенка и т. д.), печатные буквы; другой ребенок должен отгадать, что это.

Цель — развивать кожную чувствительность, коммуникативность.

«Рисование с партнером».

Дети делятся на пары, садятся за столы. На столе альбомный лист, разделенный на две части вертикальной линией. Каждый ребенок начинает рисовать на стороне партнера. (Тема — любая. Условия: соблюдать тишину, не тянуть время.)

Цель — разобраться в межличностных отношениях в группе, развивать коммуникативность.

«Групповое рисование».

На столе — половина альбомного листа, за столом — 4—6 человек. В центре листа квадрат или круг. Ребенок рисует 40—50 сек., затем по сигналу передает лист по кругу другому ребенку — и так до тех пор, пока лист не вернется к ребенку, который первым начал рисовать. Он оценивает рисунок (ставит плюс, галочку...), говорит, понравился ему рисунок или нет.

Цель — развивать коммуникативность, способствовать улучшению межличностных отношений.