

*В детском саду ребенку нужно привыкнуть: к взрослым, которые будут о нем заботиться, к новой пище и условиям еды, к новой обстановке в группе и игрушкам.*

## **2. Во время адаптации:**

- создать дома шадящий режим (спокойную обстановку, не включать на полную громкость телевизор и магнитофон);
- чаще находиться с ребенком на свежем воздухе;
- не создавать дополнительную нагрузку на нервную систему( не ходить в гости, не приглашать гостей);
- закреплять положительные впечатления о детском саде, о новых друзьях, проявлять больше интереса;
- информировать воспитателей об изменениях в поведении ребенка, состоянии здоровья, замеченных во время пребывания дома;
- интересуйтесь у воспитателей, как ребенок провел день в детском саду. Старайтесь выполнять советы воспитателей по адаптации;
- если что-либо волнует Вас, связанное с детским садом, не обсуждайте это при ребенке, поделитесь опасениями с сотрудниками нашего учреждения. Формируйте у ребенка и в семье положительное отношение к детскому саду.

Для того, чтобы Ваш ребенок быстро и легко привык к новому образу жизни, который предлагает детский сад, чувствовал себя в группе уверенно и комфортно, мы просим Вас о сотрудничестве.

## **1. До поступления в детский сад:**

- создать дома такие условия, которые по возможности были бы приближены к условиям детского сада (домашний режим постепенно приблизить к режиму детского сада, соответственно возраста детей).
- формировать навыки самостоятельности (не носить памперсы, сидеть на горшке, самостоятельно одеваться, умыться, есть, ложиться в постель и спокойно засыпать);
- тренировать адаптационные возможности (умение безболезненно оставаться со знакомыми людьми)
- воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам и взрослым;
- поставить в известность медицинскую сестру детского сада об особенностях здоровья ребенка и вредных привычках (сосание пальцев и соски, ковыряние в носу и ушах и т.д.);
- до поступления в детский сад познакомиться с группой и воспитателями, рассказать о ребенке как можно больше, все, что Вы считаете особо важным. По просьбе воспитателей заполнить анкету.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ТАЗОВСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
«РАДУГА»

микрорайон Геолог 15, п.Тазовский Ямало-Ненецкий автономный  
округ 629350  
тел. 8(34940)2-19-20 [raduga-taz@mail.ru](mailto:raduga-taz@mail.ru)

## **Игры для детей в адаптационный период**



## **Памятка для родителей**

Подготовила Лымарь Елена Александровна  
учитель - дефектолог  
п. Тазовский  
2019 год

### **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 «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.

### **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»*

Самомассаж кисти развивает мускулатуру пальцев рук, рефлекторно стимулирует соответствующие зоны коры головного мозга, помогает нормализовать состояние нервной системы, оказывая наряду с успокаивающим еще и общеоздоровительный эффект. Как слайды проецируются на экран, так и все части нашего тела имеют свою проекцию в коре головного мозга. Только эти проекции непропорциональны. Площадь, занимаемая проекционной зоной кисти, гораздо больше той, что отведена для другой части тела. Воздействие на кисти рук оказывает, в свою очередь, воздействие на состояния мозга, а соответственно, и на общее состояние организма.

### **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:**

Ребенок осваивает окружающий мир с помощью органов чувств. В частности, через тактильное восприятие, чувствительность рук. 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. комплексе с другими упражнениями - достаточного одного раза (с левой и правой рукой).

*Подготовила учитель-дефектолог  
Елена Александровна*