

Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада, посредством подвижных игр, в семье

Консультация для родителей

Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада очень актуальна и стала основной проблемой. В период адаптации основной задачей является создание благоприятных условий для комфортного пребывания ребёнка в детском саду. От того, как пройдёт привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависит его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в дошкольном учреждении и в семье.

Создать процесс адаптации малыша, который придёт в детский сад, поможет правильно организованная игровая деятельность, направленная на формирование эмоциональных контактов, «ребёнок – взрослый». Это возникает на основе совместных действий, то есть в игре. Основная задача игры в этот период - налаживание доверительных отношений с каждым ребёнком, попытка вызвать у детей положительное отношение к детскому саду. Ребёнок должен увидеть в родителе доброго, всегда готового прийти на помощь человека..

Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, проявлением заботы к малышу. Игры позволяют решить целый комплекс важных вопросов в работе с детьми: удовлетворить их потребности в движении и стабилизировать эмоции, научить детей владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности, нравственные качества.

Активная двигательная деятельность тренирует нервную систему, совершенствуя и уравновешивая процесс возбуждения и торможения. Важной целью этих игр является чувство радости, удовольствия ребёнка, установления эмоционального контакта детско-родительских отношений. Чувство защищённости и комфорта ребёнка приходит благодаря телесному контакту с родителем.

Телесная терапия - это гарантия выздоровления и гарантия улучшения состояния ребёнка, стабилизация эмоциональной сферы. Чтобы установить такой контакт можно предложить игру **«Обнималочка»**.

Под детскую музыку родитель и ребёнок хаотично ходят в разных направлениях, а как только мелодия смолкает, мама обнимает своего малыша. Можно поиграть в «Необычный лес», где живут разные животные и насекомые, растут большие деревья.

Игра «Большое дерево». Мама берёт за ручки своего ребёнка и аккуратно тянет вверх, стоя за его спиной.

Игра «Упавшее дерево». Родитель ложится на пол, а ребёнок перешагивает через него в одну и другую стороны.

Игра «Муравей». И. п. Ребёнок лежит на животе. Папа символично «придавливает» его своим весом. Малыш должен выбраться из-под папы и быстро доползти до мамы.

Игра «Обезьянки». Взрослый стоит на коленях к ребёнку лицом, помогая сцепить ножки за своей спиной. Малыш обнимает родителя, сцепляя руки на его шее. Затем взрослый опускается на руки и оказывается в позе «на четвереньках», а ребёнок как «обезьянка» под его животом, ходьба на четвереньках.

Игра «Кенгуру». Родитель ставит ребёнка на свои ноги и проходит определённую часть пути, преодолевая препятствия.

Подвижная игра «Птички в гнёздышках». Родитель превращается в «гнёздышко» и садится на коврик, а ребёнок в «птичку». Под музыку - «птичка летает», взмахивая крылышками. На сигнал, «птичка» летит к родителю и садится на руки, обнимая его. Много игр с телесным контактом представлено в брошюрах Н. Н. Ефименко «Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3-х лет».

Вызвать у ребёнка эмоциональный отклик поможет игра **«Солнечный зайчик»**. Родитель пускает солнечные зайчики маленьким зеркалом со словами: «Солнечные зайчики играют на стене. Помани их пальчиком, пусть бегут к тебе». По сигналу «Лови зайчика!» ребёнок пытается его поймать. Познакомиться с территорией поможет игра «Где спрятана игрушка?», которую предварительно показывают ребёнку, а затем прячут в комнате. Можно поиграть в игру «Чьи вещи?», заранее приготовив атрибуты разных профессий и т. д.

Таким образом, играя со своим малышом, уделяя ему время с раннего возраста, занимаясь в центре игровой поддержки ребёнка, ваш малыш будет эмоционально активен, физически крепок и быстрее адаптируется к условиям общественного воспитания.

Список литературы:

1. М.С. Анисимова, Т.В. Кабарова «Двигательная активность детей раннего возраста»;
2. А.С. Галанов «Развивающие игры для малышей»;
3. Н.Н. Ефименко «Коррекционный боди -тренинг взрослых и малышей до 3 лет».

