



Консультация для родителей

«Игры с детьми в детском саду в период адаптации»

Воспитатель: Королева Л.Н.

Игра объединяет человечество на протяжении всей его истории. Дети из разных культур, сами не подозревая того, тысячелетиями играют в одни и те же игры, правда, зная их под разными названиями. А иногда и под одними и теми же. Например, игра «пальчик» бытует у детей народов Северного Кавказа, Средней Азии Казахстана, будучи «дочерней» разновидностью известной во всем мире игры в камешки. Вместе с человечеством исторически развивается и сама игра, прирастая новыми функциями, например, лечебно-коррекционными.

Игры с детьми дома в период адаптации (для родителей)

«Каракули»

Цель: создание положительного эмоционального фона, снятие напряжения, развитие воображения.

Материалы: пастельные мелки или фломастеры, разнообразная бумага(подойдут большие листы ватмана)

Ход игры: вместе с ребёнком совершайте мелком по бумаге широкие круговые движения. Рисуйте под любую музыку. Придумывайте фантазируйте и помните: «Важен процесс, а не результат»

«Семья»

Цель: снятие напряжения. Развитие мелкой мускулатуры рук, достижение общеоздоровительного эффекта с помощью массажа рук.

Материалы: су-джок колечки или массажный шарик.

Ручки сжаты в кулачки. Поочередно прокатывать шарик по пальчикам, полностью раскрывая в итоге ладошку. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру, приговаривая:

Этот пальчик – дедушка (большой)

Этот пальчик- бабушка (указательный)

Этот пальчик-папочка (средний)

Этот пальчик – мамочка (безымянный)

Этот пальчик – я (мизинчик)

Вот и вся семья Хлопать в ладоши)

« Волшебные картинки»

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

Материалы: листы бумаги, расческа, монета, ключ пастельные мелки.

Ход игры : положите лист бумаги на любой из перечисленных выше предметов. Потрите сами и предложите ребёнку потереть широкой стороной мелка покрытую поверхность. И удивитесь вместе с ребенком полученному результату.

«Бегемотики»

Цель: развитие диафрагмального типа дыхания, стабилизация психоэмоционального состояния.

Регуляции дыхания помогает человеку управлять своими эмоциями, у вдоха и выдоха есть своя психофизиологическая ролью 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 типа дыхания.

Обычно это упражнение делают лежа. Положите ладонь на живот и почувствуйте, как живот поднимается, когда мы делаем вдох, и опускается, когда мы 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 ко мне.

Брюшное дыхание- противострессовое, оно способствует уменьшению тревоги, возбуждения, вспышек отрицательных эмоций, приводит к общему расслаблению. Такое дыхание поможет ребенку быстрее уснуть после разнообразных ярких впечатлений, полученных в течении дня

« Озорное перышко» или «Танцующая снежинка»

Цель: развитие диафрагмального типа дыхания, снятие эмоционального напряжения. Упражнения имеют успокоительный эффект

Материалы: перышко или маленький кусочек ваты

Ход игры: положите перышко или вату на ладонь, и глубоко носом, продолжительно и медленно подуйте на нее. Детям очень нравится наблюдать за этим процессом.

«Кляксография»

Цель: снятие повышенной эмоциональной напряженности, развитие воображения.

Материалы: гуашь (разведённая до жидкого состояния), лист бумаги, сложенный пополам.

Ход игр: покажите ребенку, как сделать кляксу (набрать краску на кисточку и капнуть на одну половинку листа). Сложите бумагу пополам, аккуратно разгладьте, а затем разверните и рассмотрите. Можно что-то дорисовать , чтобы легче было узнать образ.

Возможен еще один способ рисования кляксами: налейте жидкой краски в центр листа. Пусть малыш наклоняет бумагу в разные стороны или дует на кляксу через соломинку. В первом случае получатся цветные потёки, во втором – красочные брызги. И не забывайте всегда рассматривать кляксу и фантазировать.

«Бабочки»

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

Инвентарь: цветные платки из легкой полупрозрачной ткани.

Ход игры: поиграем в « прозрачные прятки». Прячемся по очереди (то, взрослый, то ребёнок), накрываясь платком.

А когда надоест эта игра , можно продолжить её в другом варианте, накинув платки на руки. Изображая бабочку приговаривать вместе с ребёнком:

Бабочка порхает, пляшет
Крылышком узорным машет.

«Корзинка настроения»

Цель: настрой на позитивное сотрудничество, создание положительного эмоционального фона , развитие мелкой моторики и воображения.

Материалы: пластмассовая корзинка или корзина из лозы с широким плетением, цветная пряжа или гибкая цветная проволока (плетения).

Ход игры: намотайте скотч на конец нитки и начинайте продевать нитку сквозь отверстия корзины в любом порядке, как при шитье.
При желании меняйте цвета ниток.

« Салют»

Цель: снятие повышенной эмоциональной напряженности, создание положительного эмоционального фона, развитие координации движений.

Материалы: бумага и корзина.

Ход игры: рвём бумагу на кусочки и подбрасываем вверх(как салют)
Можно включить весёлую музыку.

«Результат салюта» собираем в корзину , приговаривая: « Собираем мы листочки быстро- быстро, чисто - чисто».В этой игре в буквальном смысле выплёскиваются эмоции.

«Разговор с игрушкой»

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

Инвентарь: игрушки бибабо, мягкие или перчаточные игрушки.

Ход игры: надеваем на руку перчаточную игрушку, на руке ребёнка тоже игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете « Почему мой (имя ребёнка) 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 с друг другом, поздоровайтесь пальчиками .

«Домашняя песочница»

Цель: снятие психоэмоционального , развитие тактильной чувствительности.

Материалы: цветные пластиковые подносы , манная крупа.

Ход игры: Создадим свою маленькую песочницу с «белым песком» (манной крупой). Можно насыпать её горкой или разгладить. По песку пробежит стадо лошадей, проскачут зайчики, протопают слоники, покапают дождик. Его согреют солнечные лучи, и на нем появится рисунок. Полезно выполнять движения двумя руками, при этом происходит синхронизация активности обоих полушарий головного мозга.

«Водяные радости»

Цель развитие тактильного восприятия, снятие мышечных зажимов. Теплая вода расслабляет и успокаивает. Хорошо в воду добавить отвары трав (валерианы, мяты) и ароматические масла (ромашковое, лавандовое, мятное) (Предварительно нужно посоветоваться с врачом)

Материал: фигурные губки, пластмассовые бутылочки с отверстиями, коробочки киндер-сюрприза, разноцветные бусины, резиновые игрушки и т. д.

Ход игры: Ребёнок опускает в воду игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями, играет с ними перед сном.

Источник: Дошкольное и начальное образование. Журнал «Обруч» (Образование, ребёнок, ученик) - №6 2013 год

Статья «Моя первая игра» - Анна Ефремова - педагог-психолог ГБОУ д\сад №1177 г. Москва