

Картотека игр «Адаптация в детском саду»

Пояснительная записка к играм по адаптации.

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., как вы уже поняли, каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям.

Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.

Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери (подробно о привязанности мы уже говорили ранее), и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

Кстати, мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Таким образом, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. К сожалению, проблемы адаптации могут преодолеть не все дети, что может привести к развитию невроза у ребенка.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту. По наблюдениям психологов средний срок адаптации в норме составляет: в яслях - 7-10 дней, в детском саду в 3 года - 2-3 недели, в старшем дошкольном возрасте - 1 месяц. Конечно, каждый ребенок по-разному реагирует на новую ситуацию, однако, есть и общие черты.

Всегда нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети,

Из личной картотеки воспитателя Федоренчик М.В.

особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Хуже остальных чувствуют себя в дошкольных учреждениях дети с флегматическим темпераментом. Они не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть. А если воспитатель не понимает проблем такого ребенка, то начинает его еще больше подстегивать, при этом эмоциональный стресс действует таким образом, что ребенок еще больше затормаживается, становится еще более вялым, безучастным.

Если вы заметили, что у вашего ребенка проблемы с адаптацией, то попробуйте поговорить с воспитателем. Вашему ребенку нужно постоянное внимание и поддержка с его стороны, т. к. другие дети склонны дразнить и обижать более слабых и зависимых. При этом, конечно, излишняя требовательность и принципиальность воспитателя будет серьезным тормозом.

Осложняющим фактором адаптации будут и конфликты в семье, необщительность родителей. Дети непроизвольно усваивают негативные черты поведения родителей, что осложняет их отношения со сверстниками. Они ведут себя неуверенно и нерешительно, много волнуются, сомневаются, поэтому не могут быть принятыми в группе. Что тут можно порекомендовать?

Если ребенок страдает нервным нарушением, то отдавать его в детский сад нужно не раньше 3 лет - девочку и 3,5 лет - мальчика.

Картотека игр «Адаптация».

1.«Чьи вещи».

Цель: закрепить имена работников детского сада.

Заготовить атрибуты различных профессий (градусник-медсестра, врач; половник-повар, стиральный порошок-прачка, музыкальные инструменты-музыкальный руководитель и т.д.). Взрослый говорит, что к ним в гости приходили разные люди и все они забыли какую-нибудь свою вещь; просит ребят разобраться, где чья.

Дети должны не просто назвать профессию, но и назвать хозяина этой вещи. Например: «Этот градусник оставила Вера Александровна, наша медсестра».

2. «Найди игрушку».

Цель: знакомство с пространством и функциональным устройством группы.

Ведущий (сначала взрослый, потом дети) прячет небольшую игрушку в группе, в одном из её помещений, после чего предлагает остальным найти её. Например: «Игрушка лежит в спальном помещении, под подушкой на Надиной кровати».

3. «Как пройти?»

Цель: помочь ориентироваться в детском саду.

Вариант игры «схема»:

«У Зайчика Степашки заболели ушки. Что ему делать? Пойти к врачу. Но Степашка не знает, где находится медицинский кабинет, надо ему помочь». Дети должны описать путь до кабинета. Затем можно предложить детям «проводить» Степашку к врачу.

Примерно так же можно «постирать» платье для куклы Кати, и т.д.

4. «Чей голосок ?»

Цель: знакомство детей друг с другом, узнавать друг друга по голосам.

Дети садятся полукругом, ведущий- впереди всех, спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает ведущего по имени. Ведущий, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал.

5. «Назови имя».

Цель: знакомство детей друг с другом.

Тот, кому бросают мяч, поймав его, называет своё имя.

Усложнение: поймав мяч, назови имя детей, стоящих слева и справа от тебя.

Вариант игры: Дети со взрослым стоят в кругу. Ведущий держит мяч. Названный ребёнок ловит мяч, называет своё имя и имя того, кому бросает мяч

6. «Исследование лица».

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

7. «Рассказ по кругу».

Взрослый начинает рассказ (сказку). Каждый ребёнок по очереди продолжает рассказ (сказку), добавляя в него по 1-2 предложения. Участвуют все дети, сидящие в кругу.

8.«Зеркало».

Дети по парам стоят лицом друг к другу. Один из партнёров- «зеркало», другой- человек, стоящий перед ним. «Зеркало» должно повторять все движения человека, отражать выражение лица, настроение.

9. «Рисование с партнёром».

Дети делятся на пары, садятся за столы. На столе альбомный лист, разделённый на 2 части вертикальной линией. Каждый ребёнок начинает рисовать на стороне партнёра.

10. «Новоселье».

Цель: формирования чувства единения с группой.

Детям предлагается нарисовать свои портреты и поселить их в домик, рисунок которого висит на доске. Затем все вместе раскрашиваем дом красками.

11. «Кто быстрее?»

На столе- лист бумаги, на котором нарисованы «простые» предметы (грибки, мячи, лодочки, домики и т.д.)- их надо раскрасить в 2-3 цвета, на столе одна коробка с карандашами. За столом двое детей. Они должны договориться о том, чтобы один из них закрашивал одним цветом, а другой- другим.

12. «Рукавички».

Вырезанные из бумаги рукавички, количество пар равно количеству пар участников игры. Ведущий раскладывает рукавички с одинаковым орнаментом по помещению. Орнамент не раскрашен. Дети расходятся по комнате. Отыскивают свою «пару», отходят, и с помощью 3-х карандашей разного цвета стараются как можно быстрее раскрасить одинаковые рукавички. Победителей поздравляют.

13. «Двое с одним мелком».

Условия игры: партнёры не должны разговаривать друг с другом, общение между ними может быть только невербальным.

Материалы: каждой паре нужны один большой лист бумаги и фломастер (карандаш).

Инструкция: «Разбейтесь на пары и сядьте за стол своим партнёром. Положите на стол лист бумаги. Сейчас вы -одна команда, которая должна нарисовать картину. И рисовать вы должны одним и тем же карандашом. При этом строго следуйте правилу, запрещающему говорить друг с другом. Вы не должны договариваться заранее о том, что будете рисовать. Оба человека в паре должны постоянно держать мелок в руке, не выпуская ни на мгновение. Постарайтесь понимать друг друга без слов. Если захочется,

вы можете время от времени поглядывать на партнёра, чтобы увидеть, как он себя при этом чувствует и понять, что вы хотите нарисовать. А вдруг он хочет нарисовать что-то совсем другое? У вас 3-4 минуты времени.

Анализ упражнения: Что ты нарисовал, работая в паре со своим партнёром? Сложно ли было вам рисовать молча? Пришёл ли ты со своим партнёром к одному мнению?

14. «Снежный ком».

Первый участник игры называет своё имя. Следующий- повторяет его, затем называет своё. Третий участник повторяет два имени и называет своё. И так по кругу. Упражнение заканчивается, когда первый участник назовёт по именам всю группу.

15. «Что изменилось?»

[р]Каждый ребёнок по очереди становится водящим. Водящий выходит из комнаты. За это время в группе производится несколько изменений в одежде, причёске детей, можно пересест в другое место (но не больше 2-3 изменений). Задача водящего правильно подметить произошедшие изменения.

16. «Сочиним историю». Ведущий начинает историю. «Жили-были...», следующий участник продолжает, и так далее по кругу.