

Игры, облегчающие процесс адаптации в ДОУ

Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;
- приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течении одной минуты.

Игра «Рисунки на песке»

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапают дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

Игра «Разговор с игрушкой»

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... 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 друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

Игра «Доброе утро»

Взрослый вместе с ребёнком напевно произносит текст:

-Доброе утро, глазки! (касаемся глаз кончиками пальцев)

Вы проснулись? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, носик! (дотрагиваемся до кончика носа)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, ушки! (касаемся кончиками пальцев обоих ушек)

Вы проснулись? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, ротик! (касаемся указательным пальцем губ)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

-Доброе утро, ручки! (кистями обеих рук делаем «фонарики»)

Вы проснулись? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, животик! (круговое поглаживание ладонью по животу)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, мой малыш! Ты проснулся?! К солнышку потянулся! (ласково обнимаем малыша, потягиваемся).

Игра «Как летит листочек?»

Дайте малышу листок газетной бумаги, помогите ему выполнить действия, о которых говорится в рифмовке:

Листочек взлетел,

Листочек кружится, кружится

Под ноги ложится.

Листочек рвётся, рвётся, рвётся.

Листочек мнётся, мнётся, мнётся.

(Под последние две строчки надо разорвать листочек на клочки, собрать их в кучку и, смятая, превратить в подобие бумажного шарика.)

Игра «Попрыгунчик»

Продекламируйте малышу этот стишок, сопровождая слова действиями, а потом предложите малышу присоединиться к вам:

- Стоит в поле теремок

(сядьте на корточки и накройте голову руками)

-Кто, кто в теремке живёт? Кто, кто в невысоком живёт?

- Дверка открывается (медленно приподнимаете руки над головой)

- Кто там появляется?

Ш-ш-ш-ш, ба- бам, ба-бам!

(подпрыгиваете, вытягивая руки вверх)

- Попрыгунчик там!

Игра «Топ, топ, стоп»

Возьмите ребёнка за руку и идите, приговаривая:

- Топ, топ, топ, топ, топ стоп.

На слово «стоп» останавливаетесь. Дальше идёте в припрыжку.

- Гоп, гоп, гоп, гоп, гоп стоп.

Опять останавливаетесь на слове «стоп».

Игра «Лесные жители»

У медведя дом большой ой-ой-ой-ой (тянуться вверх),

А у зайки маленький ай-ай-ай-ай (приседают).

Мишка сам пошёл домой ой-ой-ой-ой

(шагают вразвалочку на месте),

И запрыгал зайчика ай-ай-ай-ай (прыгают).

Игра «Зайчика- паинька»

Взрослый встаёт напротив ребёнка и просит его повторить движения зайки:

Будем зайкой?

Ну-ка, зайка, поклонись, серенький поклонись.

Вот так, вот так поклонись (кланяются в разные стороны).

Зайчика повернись, серенький повернись.

Вот так, вот так, повернись (поворачиваются руки на поясе).

Зайчика, топни ножкой, серенький топни ножкой.

Вот так, вот так топни ножкой, серенький, топни ножкой.

Вот так, вот так топни ножкой (топают по очереди каждой ножкой).

В конце игры взрослый хвалит «зайку», поглаживает по голове, ручки, ножки.

По желанию ребёнка игра повторяется.

Игра « Зайчик»

Для игры подойдёт любая мягкая игрушка.

Прочтите стишок, сопровождая его действиями:

Раз, два, три, четыре, пять

Вышел зайчик поскакать (потрясите игрушку вверх, вниз)

Огляделся (поверните игрушку влево

- вправо),

Повертелся (вращайте игрушку),

Посмотрел наверх и вниз (наклоните игрушку назад и вперёд)

Пробежался (бегите с игрушкой),

Забоялся...

Где ты, зайчик, отзовись? (спрячьте игрушку за спину).

Игра «Ладушки- хлопушки»

Взрослый декламирует стишок, выполняя действия:

- Ладушки-ладушки, звонкие хлопушки.

Хлопали в ладошки, хлопали немножко. Да!

(громко хлопаем в ладоши)

- Кашу варили, ложечкой мешали.

(взрослый помогает ребёнку водить пальчиком правой руки по ладошки левой)

- Куколку кормили. Да!

- Кошечке давали. Да! (протягиваем левую ладонь вперёд)

- Кулачки сложили, кулачками били.

Туки - тук. Туки - тук. Туки - тук. Да!

(сжимаем пальцы в кулаки и решительно постукиваете ими друг о друга).

Ладушки плясали деток забавляли

Ля-ля-ля-ля-ля-ля-ля-ля. Да!

(делаем фонарики)

- Ладушки устали, ладушки поспали.

Баю-бай, баю-бай, баюшки,

Баю-бай, ладушки. Да!

(складываем ладони рук и подкладываем их под щеку)

Педагог-психолог: Варламова Л.Н.