**Игры в период адаптации ребенка к детскому саду.**

Привыкание дошкольника к детскому саду – процесс непростой, поскольку адаптивные возможности детского организма ограничены.
Иногда привыкание к детскому саду растягивается на долгие недели. Будьте готовы отпустить своего ребёнка и предоставить ему новый уровень самостоятельности. Сложности с адаптацией бывают из-за нежелания или страха родителей отпустить ребёнка от себя. Взрослым надо осознать, что детский сад — это совсем не страшно. Ребёнку важно научиться взаимодействовать с другими самостоятельно.
Помочь ребенку в этот период должны близкие ему люди. Чтобы снизить напряжение, необходимо переключать внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Такой деятельностью является игра. И теперь у вас, дорогие родители, есть возможность вспомнить детство и поиграть с удовольствием, от души вместе со своими детьми…

**Все игры условно поделены на группы:**1 группа Игры, направленные на создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе, сближение детей друг с другом и с педагогом, формирование доверительных отношений.
2 группа  Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком
3 группа Игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения (релаксационные игры).
4 группа Игры и упражнения на снижение агрессивности и ослабления негативных эмоций.

**Игры для младших дошкольников в период адаптации.

Игра «Колючий ежик»**
Цель: развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляция речевой активности. Оборудование: массажный мяч.
Ход игры: Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. 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. 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.

**Игра «Бабочки на весеннем лугу»**
Цель: регуляция процессов возбуждения и торможения, снижение уровня тревожности, развитие пластики движений. Оборудование: цветные платки из легкой полупрозрачной ткани.
Ход игры: А сейчас мы поиграем в прятки. Но не в простые — а в прозрачные.
Эту игру любят абсолютно все дети. Ничто не может сравниться с радостью, испытываемой ребенком, когда он обнаруживает любимого родителя, вытянувшегося по струнке за занавеской или в платяном шкафу.
Итак, накинув прозрачный шарф на лицо, ребенок видит все вокруг, но при этом — он спрятался! Радость движения будет ярче, если платки превратятся в крылья бабочек:
Мы — бабочки весенние,
На листиках сидели (ребенок сидит на корточках).
Ветер дунул — полетели (встает, бегает по комнате, расставив руки в стороны).
Мы летели и летели
 И на землю тихо сели (садится на корточки, замирает).
Ветер снова набежал,
Высоко он нас поднял (встает, поднимает руки вверх).
Он вертел нас и кружил И на землю опустил (кружится по комнате, затем ложится на пол и замирает).
Через некоторое время нужно попросить ребенка потянуться и почувствовать, как он «расправляет крылья» во время потягивания.

**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 животику)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

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

 **«Поезд».**Педагог: сейчас мы с вами создадим поезд. Сначала я буду «паровозом», и когда буду ехать по кругу, то буду хлопать в ладоши и говорить имя: «Иван, Иван – едем!» Я сделаю круг, а теперь на мое место становится кто-то из вас, а я стану, как и вы, вагончиком – прицеплюсь к «паровозом». Теперь он поедет, а мы все вместе проговариваем его имя: «Антон, Антон-едем!» И так до тех пор, пока все дети по очереди не побудут в роли «паровоза» и не примут участие в игре.

**«Дотронься до…».** Все играющие одеты по-разному. Педагог говорит: «Дотронься до синего!» Ребёнок должен сориентироваться и найти у участников игры в одежде что-то синее. Цвета каждый раз разные. Можно называть не только цвета, но и формы, размеры предметов.

**«Это Я».**Дети, сегодня к нам в гости пришёл Мишка. Покажем ему, как мы умеем играть.
Это глазки. Вот. Вот.      Показывают сначала левый, потом правый глаз.Это ушки. Вот. Вот.        Берутся сначала за левое ухо, потом – за правое.Это нос. Это рот.            Левой рукой показывают рот, правой нос.Там спинка. Тут живот. Левую ладошку кладут на спинку, правую на живот.
Это ручки. Хлоп, хлоп.  Два раза хлопают.Это ножки. Топ, топ.     Два раза топают.Ой, устали. Вытрем лоб. Правой рукой вытирают лоб.

**«Прыгай веселей».**Педагог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.
Прыгай, прыгай веселей!  Прыгают на двух ногахПрыгай, прыгай побыстрей!
Вверх, вниз, вверх, вниз!      Руки поднимают вверх, внизИ немного покружись!   Кружатся на месте.Мы немножко отдохнём
И опять играть начнём.

 **«Мяч в кругу».**Дети садятся на пол в круг и прокатывают мяч друг другу. Педагог показывает, как отталкивать мяч двумя руками, чтобы он катился в нужном направлении.

**«Покружимся».**Педагог берет мишку, крепко прижимает его к себе и кружится с ним. Даёт другого мишку малышу и просит также покружиться, прижимая к себе игрушку. Затем взрослый читает стихотворение и действует в соответствии с его содержанием. Ребенок вслед за ним выполняет те же движения.
Я кружусь, кружусь, кружусь,
А потом остановлюсь.
Быстро-быстро покружусь,
Тихо-тихо покружусь,
Я кружусь, кружусь, кружусь.
И на землю повалюсь!

**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 « 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).

Игры не должны быть слишком длительными. Лучше поиграть с детьми несколько раз в день, но понемногу.
Играть в такие игры желательно в течение месяца, а может быть, и больше. Использование данных игр способствует повышению уровня адаптации детей. Малыши будут окружены любовью, заботой и легче перенесут адаптацию к детскому саду.