

Игры в период адаптации

Эти игры способствуют:

- стабилизации психоэмоционального состояния;
- снижению тревожности, регуляции процессов возбуждения и торможения нервной системы;
- стимуляции познавательной активности, возбуждению интереса к исследовательской деятельности;
- стимуляции зрительных, слуховых, тактильных ощущений ребенка;
- развитию общей и мелкой моторики, координации движений.

Игра «Колючий ежик».

Цель: развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляция речевой активности.

Оборудование: массажный мяч.

Ход игры:

Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Обучение простейшим приемам происходит в игре. На вашей ладони появляется необычный шарик. Вместе вы внимательно рассматриваете его. Оказывается, что он похож на ежика. Аккуратно кладете шарик на ладонь ребенка, прокатываете «ёжика» по каждому пальчику, начиная с большого пальца ведущей руки, и чуть дольше задерживаетесь на подушечке каждого пальчика. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру. Действия сопровождайте стихами:



Дай ладошку, моя крошечка,
Я поглажу тебя по ладошечке.
Ходит-бродит вдоль дорожек
Весь в колючках серый ёжик,
Ищет ягодки-грибочки
Для сыночка и для дочки.

Самомассаж кисти развивает мускулатуру пальцев рук, рефлекторно стимулирует соответствующие зоны головного мозга, помогает нормализовать состояние нервной системы, оказывая наряду с успокаивающим ещё и общеоздоровительный эффект.

Игра «Кто в кулачке?».

Цель: развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляция речевой активности.

Ход игры.

Взрослый раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребёнку несколько раз, как это сделать, и просит повторить. Возможно, придется помочь ребёнку убрать большой палец в кулачок. Взрослый читает стихотворение и вместе с ребёнком выполняет движения.



Кто залез ко мне в кулачок?
Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак)
Ну-ка, ну-ка, вылезай!
Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец).

Игра «Прятки».

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

Оборудование: цветные платки из легкой полупрозрачной ткани, любые игрушки.



Ход игры: А сейчас мы поиграем в прятки, но не простые – а 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. Прятки помогают спрятаться со страхами темноты и замкнутого

пространства, с чувством одиночества: его в какой-то момент испытывает каждый ребенок, а во время игры он должен некоторое время провести абсолютно один, да еще и в тайном, укромном месте. Итак, накинув прозрачный шарф на лицо, ребенок видит все вокруг, но при этом – он спрятался! Взрослый его ищет. Можно поменяться ролями.

Игра «Бабочки на весеннем лугу».

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

Ребёнок повторяет движения за взрослым.

Мы – бабочки весенние, на листиках сидели (ребенок сидит на корточках,

Ветер дунул – полетели (встает, бежит 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, ложится на пол и замирает).

Через некоторое время нужно попросить ребенка потянуться и почувствовать, как «расправляются крылья» во время потягивания.



Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем».

Цель: развитие тактильного восприятия, возбуждение интереса к исследовательской деятельности.

Оборудование: таз с теплой водой, фигурные губки. Пластмассовые бутылочки с отверстиями, коробочки от киндера-сюрприза, разноцветные бусины, резиновая игрушка.

Ход игры:

Теплая вода успокаивает и расслабляет. В воду опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Если игра с водой происходит в дневное время, можно включить в нее познавательный компонент: сравнивать опускаемые в воду предметы по фактуре и весу. Можно заполнить миску с водой пуговицами, бусинками, монетками, небольшими кубиками и т. д. и поиграть с ними: взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать в другую; собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камешки; приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около 5 минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течение одной минуты.

Подготовила:
педагог-психолог Дернова Галина Дмитриевна