

«Значение подвижных игр в период адаптации детей в ДОУ»

Подгорная Елена Николаевна

Инструктор по физической культуре МБДОУ детский сад №1

г.Белгород

Уважаемые родители!

В вашей жизни и в жизни вашего ребенка наступил очень ответственный период: поступление в детский сад — новое для него место с незнакомыми взрослыми. Естественная реакция на новизну — это не только физический дискомфорт (напряжение мышц, учащение дыхания), когда ребенок исследует новое пространство, вынужден в нем ориентироваться, но и эмоциональное напряжение, когда преобладают эмоции тревоги, гнева.

Ребенок переживает: «Как я без мамы? Не забудут ли меня здесь?». Привыкание дошкольника к детскому саду – процесс непростой, поскольку адаптивные возможности детского организма ограничены. Помочь ребенку в этот период должны близкие ему люди. Чтобы снизить напряжение, необходимо переключать внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. В дошкольном возрасте — это, в первую очередь, игра. «Язык» игр понятен и доступен любому ребенку. Он получает возможность выражать свои эмоции, переживания, общаться со сверстниками, знакомиться с нормами и правилами жизни, получает внутреннюю свободу (играть с кем хочу, где хочу, сколько хочу, чем хочу).

Адаптация ребенка к детскому саду – это сложный для него процесс. И чтобы детям было легче войти в жизнь группы, мы много играем, так, как игра является ведущим видом деятельности в этом возрасте.

Основная задача подвижных игр в период адаптации ребенка в детском саду – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (такого, как мама) и интересного партнера в игре.

Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

Детям дошкольного возраста просто необходимо движение. Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении, меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, крепко спят, быстрее развиваются физически. Игра - основное занятие ребенка дошкольника и занимает ведущее место в его образе жизни, педагоги особенно выделяют подвижные игры, когда ребенок или несколько детей сразу включаются в бурную подвижную деятельность.

Подвижные игры для детей 2 -3 лет

Дети в возрасте 2-3 лет уже очень подвижны и активны, своей деятельностью они подражают тому, что видят. Ребята могут многократно повторять одни и те же действия, имитировать жизнь взрослых или зверей, поэтому игра носит сюжетный характер. Дети часто одухотворяют элементы неживой природы, начинают фантазировать и вживаются в образ, что формирует нравственные ценности ребенка. Выбирайте подвижные игры разные, чтобы ребенку не наскучило одно и то же движение.

Если вы играете с малышом в один вид игры, то каждый раз вводите новые элементы и придумывайте новые детали игры, старайтесь ее усложнить, чтобы малышу было интересно.

Применяйте в игре знакомые и понятные образы для ребенка, а если вы предполагаете знакомство с новым персонажем игры, то рекомендуется использовать либо картинку, либо игрушку. Обязательно, чтобы движения в игре были доступны для выполнения малышом. Играя с малышом, читайте стишки, употребляйте художественные тексты, которые иногда заменяют правила.

Картотека подвижных игр для детей 2-3 лет

Прячем мишку

Задачи: развивать внимание, вызвать положительные эмоции.

ХОД ИГРЫ

Взрослый прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: "Где мишка? Ищи мишку!", взрослый ищет его вместе с ребенком.

Когда ребенок найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы найти было сложнее. После игры с мишкой прячется сам взрослый, крича "Ку-ку".

Когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другое место.

В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.



Карусель

Задачи: развивать внимание, ловкость

ХОД ИГРЫ

Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки, и говорят или поют:

- Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем все медленнее и останавливаются.



Ау, ау!

Задачи:

- развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве;
- различать левую и правую стороны.

ХОД ИГРЫ

Ребенок прячется в комнате и время от времени говорит: "Ау, ау!", а другой ребенок ищет его. Взрослый читает стихи:



Я скажу тебе "Ау!",
Угадай, где я стою?
Ты найди меня, найди,
Здесь я; где-то на пути?
Где я, где - реши скорей:
Иль левее, иль правей!
Повнимательнее будь,
Все облазить не забудь!



Птичка

Задачи: развивать внимание, умение быстро бегать.

ХОД ИГРЫ

Дети сидят на стульчиках или на коврик, один ребенок изображает птичку, он сидит на корточках впереди всех.

Взрослый поет:

- Села птичка на окошко.

Посиди у нас немножко,

Посиди, не улетай.

Улетела - ай!

После слов "Улетела - ай!" ребенок-"птичка" улетает, т. е. убегает, махая руками, как крыльями, и прячется.

Взрослый предлагает детям найти "птичку".

Все бегут, находят "птичку" и приводят к взрослому, после чего игра повторяется.



Пчелки

Задачи: развивать ловкость.

ХОД ИГРЫ

Дети изображают пчел, бегают по комнате, размахивая ручками-крыльями, "жужжат". Появляется взрослый - "медведь"

- и говорит:

- Мишка-медведь идет,

Мед у пчел унесет.

Пчелки, домой!

"Пчелки" летят в определенный угол комнаты - "улей".

"Медведь", переваливаясь, идет туда же. "Пчелки" говорят:

- Этот улей - домик наш.

Уходи, медведь, от нас!

Ж-ж-ж-ж-ж!

"Пчелки" машут крыльями, прогоняя "медведя",

"улетают" от него, бегая по комнате.

"Медведь" ловит их.



Вороны

Задачи: развивать способность к подражанию, умение ритмично двигаться.

ХОД ИГРЫ

Дети изображают ворон, они стоят "стайкой" и подражают всем движениям взрослого, который поет или говорит нараспев:

Вот под елочкой зеленой

Скачут весело вороны.

"Кар-кар-кар!"

Целый день они кричали,

Спать ребятам не давали.

"Кар-кар-кар!"

(Дети бегают по комнате, размахивают ручками, как крыльями.)

Только к ночи умолкают,

Спят вороны, отдыхают.

Тихо. "Кар-кар-кар!"

(Садятся на корточки, ручки под щечку - "засыпают")



Наседка и цыплята

Задачи: развивать внимание ловкость, быстроту.

Материал: Веревка или скамейка.

ХОД ИГРЫ

Дети сидят или стоят. На одной стороне площадки веревкой отгорожен "куратник", где помещаются "цыплята" (дети) с "наседкой". Сбоку в стороне находится "большая птица" (один из малышей). "Наседка" покидает "куратник", подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет "цыплят": "Ко-ко-ко", "цыплята" на ее зов подлезают под веревку и вместе с ней гуляют на площадке ("клюют зернышки": наклоняются, приседают и т. д.). При словах взрослого: "Летит большая птица!", "цыплята" убегают домой. Из игры выбывают "цыплята", пойманные "большой птицей".



Зайки

Задачи: обучать прыжкам на месте, создать эмоциональный настрой детей

ХОД ИГРЫ

Дети стоят кружком, один в центре. Взрослый поет, а дети двигаются в соответствии со словами песенки:
Вышли дети на лужок,
Заглянули под кусток,
Увидали зайчика,
Поманили пальчиком.
(Дети прикладывают правую ладошку к глазам, "всматриваются", "Зайчик" сидит в центре на корточках, дети манят его пальчиком)
Зайка, зайка, поскачи,
Твои лапки хороши.
Стал наш зайнышка скакать,
Малых деток забавлять. (Хлопают в ладошки, "зайка" скачет.)
Вместе с зайчиком скорей
Мы подпрыгнем веселей!
(Все дети прыгают на своих местах, а "зайчик" - в центре круга.)
Появляется "волк" (взрослый), все дети убегают.



Карусель

Задачи: развивать внимание, ловкость

ХОД ИГРЫ

Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки, и говорят или поют:

- Еле-эле, еле-эле

Завергелись карусели,

А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом!

Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите.

Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем все медленнее и останавливаются.

