**Солотина Т.В.**

**Использование игр в адаптационной работе с детьми, как одна из предпосылок обеспечения психологической безопасности ребенка-дошкольника.**

Детский сад - является одной из важнейших ступеней на пути развития ребенка, становления личности, ее включения в социум. Дети в детском саду это совокупность разных характеров, привычек, наклонностей, способностей, различных интересов, отличающихся систем ценностей, мотивов поведения т.е. совершенно разные индивидуумы в психо - социальном смысле.

Именно в детском саду начинается социальное взаимодействие ребенка со взрослыми, со сверстниками. Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закроется дверь за мамой или дедушкой? Почему некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступают в контакт с воспитателями, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя как «рыба в воде» ? Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, безтравматичным. Много здесь зависит от педагогов, берущих на себя ответственность за помощь родителям в психическом и физическом развитии их ребенка, за его душевный комфорт, радостное восприятие нового образа жизни. Необходимо понять, выяснить причины этих различий, понять интересы, стремления каждого поступающего в детский сад ребенка, или, говоря словами А.В.Сухомлинского, «… проникнуть в духовныи мир ребенка», чтобы правильно и эффективно организовать процесс адаптации в условиях дошкольного учреждения.

Дискомфорт ребенок может ощущать не только при первичном приходе в детский сад, а также в связи с долгим отсутствием ( каникулы, болезнь, санаторно-курортное лечение), при переводе в другую группу, помещение, сменой воспитателя и т.п.

Создание психологически комфортной среды является одним из условий успешной адаптации ребенка.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать в живой природе. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным ( адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт – эмоциональная удовлетворенность – и внешняя адекватность поведения – способность легко и точно выполнять новые требования. С приходом в детский сад у ребенка начинается новый этап в его жизни.

Прежде чем отдать ребенка под опеку воспитателей, необходимо провести соответствующую подготовку в семье.

«Главное – расширить для ребенка мир, помочь ему реализовать все его сегодняшние возможности и создать условия для развития завтрашних» - подчеркивает В.Алямовская в книге «Ясли – это серьезно».

В свете решения этой проблемы особенно важно наблюдение за психо - эмоциональным развитием ребенка, его поведением. «Если взрослый не научится внимательно смотреть, - пишет Дженни Лешли,- они не заметят какие-то перемены, происходящие с малышами, если не научатся правильно слушать, что говорит ребенок, могут пропустить нечто важное или оставить без внимания само обращение малыша».

Основной целью проводимой адаптационной работы является создание зоны ближайшего окружения, способствующей психическому и личностному росту ребенка, что обеспечивает гармоничное включение в социум и отвечает требованиям психологически безопасной образовательной среды.

Данная работа ведется в строгом соответствии с результатами диагностирования детей по уровням адаптации. Задачи данной работы: сформировать чувство принадлежности к группе, помочь ребенку приспособиться к постоянно меняющимся условиям окружения и ситуации, создать позитивный эмоциональный настрой как в конкретный момент времени, так и в предполагаемой проекции, почувствовать себя более защищенным.

Общение как одно из составляющих комфортной психологической среды должно быть адекватно для ребенка, сообразуясь с ведущей деятельностью дошкольного возраста.

Именно на эти виды деятельности надо опираться, стимулируя развитие ребенка на определенной возрастной ступени. Ведущая деятельность для ребенка дошкольного возраста это игра. Таким образом, именно игра определяет все дальнейшее психическое развитие ребенка.

В создании психологически комфортной среды для детей можно и нужно использовать игры, игровые моменты, игрушки, облегчающие период адаптации ребенка. Адаптационные мероприятия не должны проводиться в форме занятий, а малыми подгруппами с их постепенным увеличением в виде игр или игровых упражнений в течение дня при наличии необходимости. Игры и игровые упражнения должны отбираться по соответствию задачам проводимой работы: бесконфликтное внедрение в социум, формирование позитивного отношения, развитие самостоятельности и положительной самооценки. Широкий спектр игровых занятий по адаптации представлен в пособии Крюковой С.В., Слободяник Н.П. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»

Также в адаптационных мероприятиях большое значение имеет предметная среда. Мы предлагаем некоторые варианты , усиливающие фактор психологической комфортности:

1. оформление шкафчиков, полотенечников, уголка дежурств не картинками, а фотографиями детей
2. оформление уголка «Наша группа» в виде фотоколлажа
3. использование в режимных моментах собственных игрушек и книжек детей.
4. оформление «уголка настроений» для наблюдений за эмоциональным состоянием ребенка
5. изготовление родителями совместно с детьми игрового материала (одежда для кукол, костюмы, …)
6. выделение в групповом помещении «уютного уголка», оборудованного мягкой мебелью для индивидуальных бесед с ребенком.
7. изготовление родителями совместно с детьми поделок для выставок, материала для трудового воспитания.

Основной вид детской деятельности – игровая. Именно для облегчения адаптационного периода как для вновь пришедших детей, так и уже посещавших учреждение и вернувшихся после перерыва, целесообразно использовать игры и игровые моменты, которые предлагаются для работы.

Игра «Волшебный стул»

(Т. И. Попова)

Все дети встают в круг. Внутри круга, у края, ставится стул.

Дети идут по кругу и поют:

Кто сегодня всех красивей,

Кто сегодня всех счастливей?

Поскорее появись,

На волшебный стул садись.

После того, как песенка закончилась, тот , кто окажется ближе всех к стулу, садится на него. Каждый ребенок из круга ,по очереди, начиная с того места, где стоит стул, должен сказать о сидящем на стуле что-нибудь хорошее и доброе.

Мотивация :

Формирование положительного отношения к сверстникам

Игра «Эмпатии героев»

Педагог читает детям сказку. Заранее выдаются маленькие карточки с изображением выражающем различные эмоциональные состояния.

В процессе чтения ребенок откладывает на столе несколько карточек, которые , по его мнению, отражают эмоциональное состояние героев в различных ситуациях.

По окончании чтения каждый ребенок объясняет, почему ему кажется, что герой был весел, грустен и т.д.

Также можно предложить детям передать свое эмоциональное состояние во время прослушивания отрывка из сказки.

( «Гуси-лебеди», «Сестрица Аленушка и братец Иванушка» «Снегурочка»)

Мотивация:

Учимся определять настроение других людей

Игра «Дождик»

Дети встают вокруг воспитателя. Воспитатель берет чашку с водой. И предлагает вспомнить, какие добрые дела совершает дождик?

* Умывает землю
* Поит растения
* Прибивает пыль
* Очищает воздух
* Прогоняет жару и т.д.

Детей, которые назвали одно из добрых дел дождика, воспитатель слегка обрызгивает водой.

Мотивация:

Дождик всем несет чистоту, красоту и радость, мы с вами стали чище и добрее от этого дождика, теперь мы можем увидеть радугу

ИГРА

Круг вежливости

Вариант 1

Дети встают в круг. Воспитатель становится с детьми.

Перебрасывая друг другу мяч, нужно называть вежливые слова (очень приятно, не стоит труда, всего доброго, будьте любезны, желаю удачи, очень рад, спасибо, пожалуйста, извините, добрый день и т.д.)

Вариант 2

Воспитатель встает на ковер – это центр солнышка.

Дети называют по одному вежливому слову и встают к воспитателю, формируя лучи солнышка по лексическому значению слов: луч – приветствие (здравствуйте, добрый день); луч – прощание (до свидания, прощайте, всего хорошего); луч- извинение (извините, простите)

Мотивация:

Активизация запаса вежливых слов

Игра «кошки –мышки»

Ведущий – кот (спит)

Дети – мыши тихо ходят вокруг кота с колокольчиками в руках (прижимают язычок)

Тише-тише, ходят мыши, дремлет черный кот на крыше.

Если будете звенеть – черный кот вас сможет съесть

Затем дети отпускают язычок колокольчика и осторожно ходят вокруг кота, услышав звон, кот «просыпается» и ловит мышку

Мотивация:

Учимся вести себя тихо, чтобы не мешать другим

Игровое упражнение

«Мы идем – идем – идем»

Дети двигаются по залу и , соответственно словам воспитателя, имитируют разные виды движений.

* Весело шагаем по тропинке
* Переходим болото – прыгаем с кочки на кочку
* Промахнулись мимо кочки, провалились по колено – но берег совсем рядом, дойдем по воде
* Отряхиваем тину с ног
* Карабкаемся на горку
* Пробираемся сквозь заросли лесной малины – аккуратно – не поцарапайтесь, придерживайте ветки.
* Спускаемся с горки
* Перелезаем через ствол дерева

Мотивация:

Учимся помогать друг другу

«ЦВЕТИК-СЕМИЦВЕТИК»

(развитие децентрации мышления, нравственных ка­честв личности)

Каждая семейная команда получает цветик-семицветик. Участники игры задумывают семь желаний (родитель может помочь в написании желаний дошкольника): три желания за­думывает ребенок для родителей, три — взрослый для ребенка, одно желание будет совместным (желание ребенка и родителя). Затем родитель и ребенок меняются лепестками и отбирают ле­пестки-желания, которые им действительно приятны. Побеж­дает семейная команда, которая имеет больше всего желанных лепестков, где предполагаемые желания совпали с реальными.

Мотивация: развитие децентрации мышления, нравственных ка­честв личности

«ВОЛШЕБНЫЕ КАРТИНКИ»

Каждая семья получает «волшебные картинки», которые постоянно рассыпаются и «ломаются» (разрезные картинки, пазлы). Собрать их может только дружная семья. По сигналу семейные команды приступают к работе. «Фанты» платит ко­манда, где ведущий наблюдает ссору или несправедливое рас­пределение работы (т.е. когда один из игроков выполняет зада­ние большего объема). В конце игры « фанты» выкупаются (ис­полняются песни, стихи или др.).

Мотивация: взаимопомощь

«АПЕЛЬСИН»

Участники игры делятся на две команды. Первый игрок в каждой команде держит апельсин подбородком около шеи. Не­обходимо без помощи рук передать апельсин своему товарищу. Дети начинают играть по сигналу ведущего. Побеждает та ко­манда, которая быстрее вернет апельсин первому игроку.

Мотивация: взаимопомощь, эмпатия

Игра «ЖУЖА»

Ведущий выбирает «Жужу», которая садится на стул (в до­мик), остальные дети начинают дразнить «Жужу», кривляться перед ней.

«Жужа, Жужа выходи, Жужа, Жужа, догони!»

«Жужа» смотрит из окошка своего домика (со стула), пока­зывает кулаки, топает ногами от злости, а когда дети заходят за «волшебную черту» выбегает и ловит детей. Кого «Жужа» пой­мала, тот выбывает из игры (попадает в плен «Жужи»).

Мотивация: снятие общей коллективной агрессии

Игра «КЛОУНЫ РУГАЮТСЯ»

«Клоуны показывали детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Да, да, сердито ругаться друг на друга «овощами и фруктами\*. Например: «Ты, — говорит клоун, — капуста!» А ребенок отвечает ... (пауза для того, что­бы ребенок придумал ответ). «А ты, — продолжает клоун, -клубника». Другой ребенок отвечает (.ругает взрослого). Обра­щается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбирать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди «ругать» всех детей. Взрослый руководит игрой, сиг­налом объявляет начало и конец игры, останавливает, если ис­пользуются другие слова или физическая агрессия.

Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей. «Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». Клоуны, продолжая игру, учат детей не толь­ко ругаться овощами и фруктами, но и ласково называть друг друга цветами. Например: «Ты — колокольчик...» (ребенак лас­ково называет взрослого). Интонирование должно быть адекват­ным. Дети вновь разбиваются на пары и т.п. и ласково называ­ют друг друга цветами.

Мотивация: снятие вербальной агрессии

«УПРЯМАЯ ПОДУШКА»

Взрослые подготавливают «волшебную, упрямую подушку» (подушка с темной наволочкой) и вводят ребенка в игру-сказ­ку: «Волшебница-фея (или другой любимый сказочный персо­наж) подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшеб­ная. Внутри нее живут детские упрямки. Это они заставляют вас капризничать и упрямиться. Давайте, прогоним упрямки».

Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее!» (снимается стерео­тип и эмоциональный зажим).

Когда движения ребенка становятся медленнее, игра посте­пенно останавливается (время определяется индивидуально — от нескольких секунд до 2-3 минут).

Взрослый предлагает послушать «упрямки» в подушке: «Все ли упрямки вылезли и что они делают?» Ребенок прикла­дывает ухо к подушке и слушает. Некоторые дети говорят, что «упрямки шепчутся», другие ничего не слышат. «Упрямки ис­пугались и молчат в подушке», — отвечает взрослый (этот при­ем успокаивает ребенка после возбуждения).

Мотивация: снятие общей агрессии,негативизма, упрямства

«УПРЯМЫЙ КАПРИЗНЫЙ РЕБЕНОК»

Дети, входящие в круг (в обруч), по очереди показывают кап­ризного ребенка. Все помогают словами: «Сильнее, сильнее, сильнее ...». Затем дети разбиваются на пары «родитель и ребе­нок»: ребенок капризничает, родитель его уговаривает и успо­каивает. Каждый играющий должен побывать в роли каприз­ного ребенка и уговаривающего родителя.

Мотивация: преодо­ление упрямства и негативизма

Игра «МИНУТА ШАЛОСТИ»

Ведущий по сигналу (удар в бубен и т.п.) предлагает детям шалить: каждый делает то, что ему хочется — прыгает, бегает, кувыркается и т.п. Повторный сигнал ведущего через 1-3 ми­нуты объявляет конец шалостям.

Мотивация: психологическая раз­грузка

. Игра «ВОРОБЬИНЫЕ ДРАКИ»

Дети выбирают себе пару и «превращаются» в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» бо­ком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упа­дет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры («ле­чат крылышки и лапки у доктора Айболита»). «Драки» начи­наются и заканчиваются по сигналу взрослого.

Мотивация: снятие физической агрессии

Игра-сказка «О РЫБАКЕ И РЫБКЕ»

Взрослый читает отрывок из сказки А.С. Пушкина или крат­ко пересказывает эту сказку. Дети выбирают роли старика, ста­рухи, золотой рыбки. Остальные дети держатся за руки, изоб­ражая море (поднимают и опускают сцепленные руки). Можно использовать музыкальный фон — морские звуки. Взрослый мо­жет предложить детям продолжить сказку по-своему или пере­делать ее.

Мотивация: воспитание ответственности, адекватности оценки поступков

Игра-сказка «ВОРОБЬИНАЯ СЕМЬЯ»

Взрослый рассказывает сказку, дети изображают героев сказки с помощью мимики, жестов, интонации.

«Жила-была в лесу воробьиная семья: мама, папа, сын. Мама улетала мошек ловить, семью кормить. А папа-воробей укреплял жилище веточками, утеплял мхом. Сын тоже помогал отцу, и этим всегда хвастался перед своими друзьями. Он всем пытался доказать, что он самый ловкий и сильный. А с тем кто не соглашался с ним, воробышек ссорился и даже дрался. Как-то раз мама и папа прилетели в гнездо, а сына нет. Они жда­ли его к обеду, но воробышек не прилетал. Родители стали вол­новаться, не съели не крошки. Папа-воробей сердился и ворчал, а мама даже всплакнула. Ведь она думала, что с ее любимым сыночком что-то случилось. А сыночек поссорился с друзьями. Взъерошенный воробушек наконец-то прилетел к родителям. И в воробьиной семье был серьезный разговор... (дети чирика­ют, интонациями передавая чувства мамы, папы, сына). Воро­бышку пришлось сознаться в том, что он хвастается и дерется. Сын рассказал родителям, как ему хотелось доказать всем, ка­кой он взрослый. Воробышек объяснял, что очень хотел бы, что­бы его родители гордились им, как самым сильным сыном. Но вместо радости и гордости он увидел грусть в их глазах. Воро­бышек попросил прощения, и родители его простили. Они на­кормили сына вкусной едой и, погладив по перышкам, ласково объяснили, что очень любят его, и для них он самый ловкий и сильный воробышек во всем лесу»

Мотивация: коррекция отношений между ребенком и родителями, нравственных норм поведения в обществе

Игра-сказка «ТРИ ПОРОСЕНКА»

Взрослый рассказывает последнюю часть сказки, а все дети выполняют действия героев (мимикой, пантомимикой, интона­циями). Можно распределить роли между детьми, использовать маски.

Мотивация: воспитание взаимопомощи

Игра-сказка «БРЫКАЮЩАЯСЯ ЛОШАДКА»

Все дети превращаются в «лошадок» и свободно размеща­ются на ковре (стоят на коленях, опираясь о пол руками). Взрос­лый читает текст сказки.

«Жила-была лошадка, которая очень любила брыкаться и капризничать. Ей мама говорит: «Покушай, доченька, травки свеженькой». «Не хочу, не буду», — кричит лошадка и брыка­ется ножками (дети выполняют действия). Папа уговаривает ло­шадку: «Погуляй, поиграй на солнышке». «Не хочу, не пойду!» — отвечает лошадка и опять брыкается. Не смогли уговорить мама с папой свою упрямую доченьку, оставили ее дома, а сами ушли по делам. Лошадка подумала, подумала и пошла гулять одна. А навстречу ей хитрый серый волк. Говорит волк лошад­ке: «Не уходи, лошадка, далеко в лес, ты еще маленькая». Ло­шадка опять упрямится: «Я не маленькая, куда хочу, туда и хожу!» А волку это и надо было. Подождал он, пока лошадка в самую чащу леса зайдет и как набросится на нее сзади. Лошад­ка давай брыкаться. Сначала одной ножкой сильно ударила волка, затем другой ножкой. А потом двумя ножками вместе так стала брыкаться, что волк убежал и никто его там больше не видел (дети выполняют все действия). Лошадка перестала упрямиться и капризничать, выросла и теперь работает в цир­ке, брыкается ножками, подбрасывает высоко мячики на ра­дость зрителям».

Мотивация: тренировка толерантности

Игра-сказка «ДВА ЖАДНЫХ МЕДВЕЖОНКА» («ДВА ЩЕДРЫХ МЕДВЕЖОНКА»).

Используется текст вен­герской народной сказки «Два жадных медвежонка»

В эту сказку могут играть все дети, выполняя движения, изменяя мимику, пантомимику жестов в процессе чтения сказ­ки. Можно предложить детям распределить роли между собой (два медвежонка и хитрая лиса), использовать кукольный те­атр. Текст к сказке «Два щедрых медвежонка» дети придумы­вают сами и проигрывают сценку.

Мотивация: воспитание положительных качеств характера

Детско-родительская игра-сказка «МИР НАОБОРОТ»

«Жил-был мальчик Петя, которому очень хотелось поско­рее стать взрослым. Ему не нравилось, что родители всегда учат его, воспитывают, и однажды к нему пришел гном-волшебник, которому тоже надоело быть маленьким. «Давай, Петя, созда­дим мир наоборот, — предложил волшебник. — Для этого надо нам вместе произнести заклинание:

Прыг-скок.

Ой, смотрите, кто живет

В мире все наоборот?

Дети стали управлять

Мам в колясочках катать.

Если надоест нам чудо,

Скажем вместе:

Прыг отсюда!»

Услышав заклинание «Прыг-скок », дети начинают ухаживать за родителями, командовать, воспитывать, наказывать. А родите­ли слушаются или капризничают ... После заклинания «Прыг от­сюда» мир вновь становится прежним, реальным и привычным

Мотивация: снятие родительских стереотипов и авторитарности взрослого

Игра «ПЧЕЛКА В ТЕМНОТЕ»

«Пчелка перелетала с цветка на цветок (используются дет­ские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты). Когда пчел­ка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестка­ми, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цвет­ка (используется детский столик, под который залезает ребе­нок). Незаметно наступила ночь и лепесточки стали закрываться (столики покрываются материей). Пчелка проснулась, откры­ла глаза и увидела, что кругом темно. Она вспомнила, что оста­лась внутри цветка и решила поспать до утра. Взошло солныш­ко, наступило утро (материя убирается), и пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок». Игру можно повто­рять, усиливая плотность материи, т.е. степень темноты. Игра может проводиться с одним ребенком или с группой детей

Мотивация: коррекция страха тем­ноты, замкнутого пространства, высоты

Игра «ВЕСЕЛЫЕ КЛОУНЫ»

«Веселый клоун» (водящий) пытается рассмешить «несмеянок». Используется мимика, жесты, интонация, рассказы и др. Самый серьезный из «несмеянок», становится водящим

Мотивация: развитие воображения, эмоционально-волевых процессов

Игра «КТО ЗА КЕМ?»

Водящий, посмотрев на детей, выстроившихся друг за дру­гом в произвольном порядке, должен отвернуться и перечис­лить, кто за кем стоит. Затем водящим становится другой ребе­нок. Эту игру можно усложнить, например, после того как ре­бенок отвернулся и перечислил товарищей, он поворачивается и называет изменения в их одежде, прическе (если дети поме­нялись вещами, сменили прическу и т.п.).

Мотивация: развитие зрительной памяти, знакомство с детьми, их именами

Игра «ЧТО СЛЫШНО?»

Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью, за окном, на улице, затем просит расска­зать, какие звуки они слышали. Можно предложить подсчитать услышанные звуки и выбрать победителя (кто больше услы­шал).

Мотивация: развитие переключения, кон­центрации внимания, развитие воли

. Игры-этюды (психогимнастика)

В этюдах участвуют все дети. Взрослый называет образ, ко­торый необходимо детям изобразить с помощью мимики и пан­томимики. Дети начинают демонстрировать роль и заканчива­ют перевоплощения по сигналу взрослого (гудок, звонок, музыкальный сигнал или др.)- Создавая этюды, они меняют мими­ку, пантомимику героя в соответствии со словами ведущего-взрослого (например: грустный старик, хвастливый воробей и т.д.). В этюдах детям можно пользоваться интонациями

Мозаика

Детям предлагаются коробки с мелкими предметами, желательно разноцветными: камешки, бусины, шнурки, палочки и т.п. дети садятся в круг и каждый выкладывает около себя узор в виде солнышка, кружочка. Звучит тихая музыка.