**Консультация для родителей**

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

С поступлением ребенка младшего дошкольного возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, новые требования поведения, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения.

 Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.

 Именно поэтому необходима целенаправленная организация жизни младшего дошкольника в дошкольном учреждении, которая приводила бы к адекватному, безболезненному привыканию ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

 Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

**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 растирать 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, покапает 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 животику)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

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

**Игра «Попрыгунчик»**

  Прочитайте 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 в вразвалочку на месте),

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

**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 читает 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 щёку)

**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 растирать 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, покапает 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.

**Уважаемые родители чаще играйте со своими детьми! Они будут окружены любовью, заботой и легче перенесут адаптацию к детскому саду!**

Подготовил воспитатель Господарова А.М.