**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №2»**

***КАРТОТЕКА ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУПП РАННЕГО РАЗВИТИЯ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ***

**г. Свирск, 2021г.**

**Составитель: педагог-психолог МКДОУ №2**

**Цель представленных игр -** помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

***Важные моменты в организации игр в адаптационный период***

1. Чтобы игры и упражнения для адаптации детей были эффективными, соблюдайте три правила:
* не принуждайте к игре,
* участвуйте в ней наравне с воспитанниками,
* повторяйте каждую игру.

Вы должны быть не организатором игры, а ее участником или персонажем. Ваши действия, настроение, положительные эмоции послужат драйвером для того, чтобы вовлечь воспитанников в игровую деятельность. Важно, чтобы ваше управление игрой было незаметным для детей.

Принуждение не только не приведет к желаемому результату, но, напротив, может вызвать чувство протеста, что приведет к трудностям адаптации.

Повторяйте каждую игру или упражнение неоднократно, чтобы достичь значимого эффекта. Это важно в связи с особенностями развития детской психики. Когда дошкольники прослушивают информацию многократно, они ее запоминают. Когда систематически участвуют в одной и той же игре, то начинают понимать ее содержание, осваивают новый опыт.

1. Базовыми средствами работыслужат разнообразные игры с речевым сопровождением:
* хороводы,
* марши,
* песенки,
* стишки
* потешки,
* «ладушки»,
* «догонялки».

Они быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В этих играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно идут на контакт со взрослыми и сверстниками.

1. Отрицательные эмоции затормаживают монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому для детей готовятся такие игры:
* нанизывание шариков на шнур;
* резиновые игрушки-пищалки;
* крупные детали конструктора «Лего»;
* игры с прищепками.

**Игры, которые помогут создать психологический**

**комфорт и эмоциональное благополучие**

**Петрушка хочет тебя обнять**

Педагог приносит в группу перчаточную куклу и от ее имени предлагает детям поочередно с ней поиграть: «Петрушка тебя зовет, иди ко мне, Маша!». Когда ребенок подходит, Петрушка «обнимает» малыша, гладит по головке, пожимает ручку.

**Петрушка забыл, как тебя зовут**

Педагог надевает перчаточную куклу и говорит: «Я забывчивый Петрушка, вчера знал, как зовут всех детей, а сегодня забыл. Кто мне напомнит?». Затем кукла обращается к каждому поочередно и говорит: «Ты, кажется, Коля? А ты Маша?» Дети исправляют Петрушку и повторяют, как кого зовут.

**Игры, которые помогут освоить окружающую среду**

**Что где лежит**

Педагог предлагает детям позаниматься чем-нибудь, например, порисовать, но при этом говорит: «Я забыл, где у нас лежат краски? А где бумага? А где мелки? А где карандаши? А где мы рисовать будем – в спальне?» Дети подсказывают ему и исправляют ошибки, повторяют то, как предметы размещены в групповой комнате и зачем они нужны.

**Волшебный сундучок**

Педагог собирает в сундучок или мешочек предметы из разных групповых зон: расческу из туалетной комнаты, мяч из игровой зоны, карандаши из уголка изобразительной деятельности, бубен из музыкального уголка и т.д.. Поочередно он достает их из сундучка и вместе с детьми обсуждает, из какой зоны или уголка предмет и почему именно из этой.

**Найди куклу**

Педагог прячет в одном из помещений группы небольшую игрушку, после чего предлагает остальным найти ее по инструкции. Сначала он дает простые задания, например: «Игрушка лежит на подоконнике в спальне». Затем усложняет задание: «Игрушка лежит в раздевалке, на шкафчике у Коли». Потом педагог предлагает детям пофантазировать и рассказать, что кукла там делала.

**Упражнения и игры, чтобы снять эмоциональное напряжение**

**Как из зернышка вырастет цветок**

Педагог предлагает имитационную игру, которая помогает расслабить мышцы: «Представьте, что вы зернышки, маленькие и круглые, вас посадили в горшочек».

Дети приседают, обхватывают колени руками. Педагог продолжает: «А теперь пришел садовник и начал вас поливать». Затем он берет лейку, имитирует, что поливает каждое «зернышко», после чего говорит: «Сначала появляется маленький росточек – можно поднять голову. Затем росточек начинает расти – приподнимаем ручку. Пригрело солнышко – можно начинать привставать. Теперь вытягиваемся во весь рост, раскидываем руки, потягиваемся. Вот какие цветы выросли и расцвели».

**Гномики-трусишки и смелые великаны**

Педагог предлагает детям поиграть: «Представьте, что вы маленькие гномики в большом лесу. Вы меньше травинки, грибка, муравья. Вам страшно, и вы прячетесь, дрожите, трусишки. Присядьте пониже и обхватите руками голову, спрячьтесь в укромном уголке». Дети разбегаются по группе и прячутся, кто где хочет.

Педагог продолжает: «А теперь представьте, что вы стали великанами. Вы больше всех в лесу, больше самых крупных зверей, больше волка, больше слона. Вы смело гуляете по лесу. Выпрямите спину, расправьте плечи, шагайте широко». Дети гуляют по группе в роли великанов.

Упражнение помогает формировать у детей чувство раскрепощения и внутренней безопасности.

**Ласковый солнечный зайчик**

Педагог приносит в группу мягкий предмет, например новую чистую разноцветную метелку для стряхивания пыли. Он предлагает детям закрыть глаза и говорит: «Солнышко вышло из-за тучки, и солнечный зайчик коснулся твоих щечек, лба, шеи, губ» и т. д.

Мягкие прикосновения способствуют тактильному расслаблению детей. Упражнение помогает снимать мышечные зажимы лица и тела.

**Песенки, потешки, «ладушки»**

Ах, ты котик серенький,

Хвостик у тебя беленький,

Брысь, котик, не ходи!

Наших деток не буди.

\*\*\*

Кушай кашку, девочка,

Девочка-припевочка,

Кушай кашку, подрастай,

Всем на радость вырастай!

\*\*\*

А у нас есть ложки

Волшебные немножко.

Вот — тарелка, вот — еда.

Не останется следа.

\*\*\*

Посадим на ложку

Капустку, **картошку — и спрячем**!

Попробуй найди!

Не видно на ложке

Капустки, **картошки**.

И нет на тарелке — гляди!

\*\*\*

Умница, Катенька,

Ешь кашку сладеньку,

Вкусную, пушистую,

Мягкую, душистую.

\*\*\*

Пошёл котик на торжок,

Купил котик пирожок,

Пошёл котик на улочку,

Купил котик булочку.

Самому ли есть

Или Машеньке снесть?

Я и сам укушу,

Да и Машеньке снесу.

Ладушки, ладушки!

Пекла бабка оладушки,

Маслом поливала,

Детушкам давала.

Даше - два,

Паше - два,

Ване - два,

Тане - два,

Саше - два,

Маше - два,

Хороши оладушки

У нашей доброй бабушки!

\*\*\*

Ай, лады-лады-лады,

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся,

Друг другу улыбаемся.

\*\*\*

Закатаем рукава,

Открываем кран - вода.

Моем глазки, моем щечки,

Моем уши и ладошки!

Посмотрите, крошки,

На свои ладошки.

Ах, какие ладошки!

Чистые ладошки!

\*\*\*

Кран, откройся,

Нос, умойся!

Мойтесь сразу оба глаза!

Мойтесь уши, мойся шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся,

Грязь, смывайся!

Грязь, сдавайся!

\*\*\*

В руки мыло мы возьмем,

И водичку мы польем,

Моем руки быстро, быстро, быстро.

Моем чисто, чисто, чисто!

А потом лицо умыли,

Глазки тоже мы промыли,

Полотенцем утирались,

На себя мы любовались!

\*\*\*

Расти коса до пояса,

Не вырони ни волоса.

Расти, коса, не путайся,

Взрослых, детка, слушайся.

\*\*\*

Кто у нас хороший?

Кто у нас пригожий?

Ванечка хороший!

Ванечка пригожий

\*\*\*

Кто тут плачет,

Ой-ей-ей!

Говорят, Андрюшка мой?

Нет, не плачет наш дружок,

Зря вы говорите!

Улыбается уже -

Посмотрите!

\*\*\*

БЫЛ У КОШКИ ДЕНЬ РОЖДЕНЬЯ

Представляешь!

В воскресенье

Был у Кошки день рожденья!

Кошка хвостиком играла –

Веселилась, хохотала!

Мячик по полу катала –

Веселилась, хохотала!

И по комнате скакала –

Веселилась, хохотала!

А потом устала Кошка,

И поплакала немножко: мяу!

\*\*\*

Таня варежку надела,

Ой, куда я пальчик дела?

Нету, пальчика, пропал,

В свой домишка не попал,

Таня варежку сняла

Поглядите-ка, нашла.

Ищешь, ищешь и найдешь!

Здравствуй, пальчик!

Как живешь?

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять —

Собираемся гулять.

Завязала Катеньке

Шарфик полосатенький.

Наденем на ножки

Тёплые сапожки.

И пойдем скорей гулять,

Прыгать, бегать и играть.

\*\*\*

Киска, киска, киска, брысь!

На дорожку не садись.

Наша деточка пойдет,

Через киску упадет.

Уходи с дороги, кот,

Наша Танечка идет.

Топ-топ, топ-топ-топ!

Наша Танечка идет!

Ни за что не упадет.

Топ-топ, топ-топ-топ!

\*\*\*

Зайка серый наряжается,

Видно в гости собирается.

Вымыл носик, вымыл лобик,

Вымыл ухо, вытер сухо.

Надел бантик, стал он франтик.

**Пальчиковые игры**

Игры эти очень эмоциональны, увлекательны. Они способствуют позитивным эмоциям.

Дети от года до двух хорошо воспринимают "пальчиковые игры", выполняемые одной рукой. Трехлетние малыши осваивают уже игры, которые проводятся двумя руками, например, одна рука изображает домик, а другая - кошку, вбегающую в этот домик.

**Прятки**

В прятки пальчики играли

И головки убирали.

Вот так, вот так,

И головки убирали.

Ритмично сгибать и разгибать пальцы. Усложнение: поочередное сгибание пальчика на обеих руках.

**Пальчик-мальчик**

- Пальчик-мальчик, где ты был?

- С этим братцем в лес ходил,

С этим братцем щи варил,

С этим братцем кашу ел,

С этим братцем песни пел.

На первую строчку показать большие пальцы на обеих руках. Затем поочередно соединять их с остальными пальцами.

**Улей**

Вот маленький улей, где пчелы спрятались,

Никто их не увидит.

Вот они показались из улья.

Одна, две, три, четыре, пять!

Ззззз!

Пальцы сжать в кулак, затем отгибать их по одному. На последнюю строчку резко поднять руки вверх с растопыренными пальчиками - пчелы улетели.

**Черепаха**

Вот моя черепаха, она живет в панцире.

Она очень любит свой дом.

Когда она хочет есть, то высовывает голову.

Когда хочет спать, то прячет её обратно.

Руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри. Затем показать большие пальцы и спрятать их обратно.

**Капустка**

Мы капустку рубим, рубим,

Мы капустку солим, солим,

Мы капустку трем, трем,

Мы капустку жмём, жмём.

Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек пальцев, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.

**Пять пальцев**

На моей руке пять пальцев,

Пять хватальцев, пять держальцев.

Чтоб строгать и чтоб пилить,

Чтобы брать и чтоб дарить.

Их не трудно сосчитать:

Раз, два, три, четыре, пять!

Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет - поочередно загибать пальчики на обеих руках.

**Мы рисовали**

Мы сегодня рисовали,

Наши пальчики устали.

Наши пальчики встряхнем,

Рисовать опять начнем.

Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями.

**Повстречались**

Повстречались два котенка: "Мяу-мяу!",

Два щенка: "Ав-ав!",

Два жеребенка: Иго-го!",

Два тигренка: "Ррр!"

Два быка: "Муу!".

Смотри, какие рога.

На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строчку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.

**Лодочка**

Две ладошки прижму

И по морю поплыву.

Две ладошки, друзья, -

Это лодочка моя.

Паруса подниму,

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там.

На первые строчки две ладони соединить лодочкой и выполнять волнообразные движения руками. На слова "паруса подниму" - поднять выпрямленные ладони вверх. Затем имитировать движения волн и рыбок.

**Рыбки**

Рыбки весело резвятся

В чистой тепленькой воде.

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке.

Имитировать руками движения рыбок в соответствии с текстом.

**Ладушки ладошки**

Мыли мылом ручки.

Мыли мылом ножки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Наварили кашки

Помешали ложкой.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Строили ладошки

Домик для матрешки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Курочке Пеструшке

Накрошили крошек.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Хлопали ладошки

Танцевали ножки.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Прилегли ладошки

Отдохнуть немножко.

Вот какие ладушки,

Ладушки ладошки!

Движения выполняются в соответствии с текстом, как подскажет фантазия.

***Занятие 1***

**Листопад**

*Задачи:*

* создание атмосферы эмоциональной безопасности;
* снятие эмоционального и мышечного напряжения;
* снижение импульсивности, повышенной двигательной активности;
* развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп;
* развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакции;
* развитие речи, воображения, творческих способностей.

*Материалы:*

* большой зонт;
* звуки шума дождя, медленная спокойная музыка; два кленовых листа (для каждого ребенка);
* желтая, красная, зеленая гуашь;
* лист с изображением осеннего пейзажа и кисточка (для каждого ребенка).

**Ход занятия**

Приветствие.

Воспитатель предлагает детям посмотреть, что происходит за окном. Он обращает внимание малышей на приметы осени (желтеющие деревья, опавшие листья, пасмурное небо) и говорит:

-        Представьте, что мы идем гулять в осенний лес.

Дети выстраиваются в колонну.

Воспитатель говорит:

-        Внимательно слушайте слова. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга.

Зашагали ножки: топ-топ-топ,

Прямо по дорожке: топ-топ-топ.

Ну-ка, веселее: топ-топ-топ,

Вот как мы умеем: топ-топ -топ

Побежали ножки

По ровненькой дорожке,

Убегают, убегают,

Только пяточки сверкают.

Игра повторяется 2-3 раза.

**Игра «Дождик и солнышко»**

Дети ходят по комнате, изображая, что собирают листья. Как только воспитатель включает кассету со звуками дождя или дает команду «Дождик!», - дети бегут под большой зонт, который держит кто-нибудь из взрослых, и прячутся так, чтобы всем хватило места. Воспитатель может барабанить пальцами по поверхности зонта, имитируя звук дождя, слегка обрызгивать его из пульверизатора. (Детям доставляет огромное удовольствие наблюдать, как с зонта скатываются капельки, подставлять руки, чтобы их поймать.) Шум дождя прекращается или звучит команда «Солнышко!» - дети выбегают из-под зонта.

Игра повторяется 2-3 раза.

***Занятие 2***

**Мячик**

*Задачи:*

* сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками;
* повышение эмоционального тонуса;
* развитие чувства ритма, координации движений;
* развитие ориентации в пространстве;
* обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов;
* развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

*Материалы:*

* большой мяч;
* матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине).

**Ход занятия**

Приветствие

Воспитатель показывает детям большой мяч и предлагает определить его величину, цвет и форму. Дети выполняют задание.

 - Покажите рукой форму мяча.

Дети рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно.

 - Давайте сядем вокруг мяча и расскажем про него стихотворение.

Все садятся вокруг мяча и кладут на него ладони. Дети повторяют за воспитателем стихотворение С. Маршака «Мой веселый звонкий мяч» и ритмично шлепают по мячу сначала одной, потом другой рукой.

Воспитатель оказывает помощь детям, которые неритмично шлепают по мячу. Он кладет свою ладонь на ладошку ребенка и помогает ему скоординировать движения руки с ритмом стиха.

- А теперь представьте, что вы превратились в мячики. Катя, ты будешь мячиком какого цвета? А ты, Вова? И т.д.

Дети рассматривают свою одежду и называют соответствующие цвета.

-        Я буду играть с мячами - легонько шлепать вас ладошкой, а вы будете прыгать, как мячики.

Воспитатель, рассказывая стихотворение «Мой веселый звонкий мяч», поочередно кладет ладонь на голову каждого ребенка. Дети, почувствовав касание, подпрыгивают на месте. На слова: «не угнаться за тобой» - дети убегают от воспитателя.

Игра повторяется 2-3 раза.

- Ребята, вы так весело играли, что мячу тоже захотелось поиграть. Закройте глаза, а мячик спрячется.

Дети закрывают глаза, воспитатель прячет мяч. По команде дети открывают глаза и начинают искать мяч. Найдя, говорят, где он «прятался».

Воспитатель показывает детям матерчатый мешочек, в котором находятся маленький мячик и кубик.

-        В этом мешочке спрятался маленький мячик. Вам
нужно найти его, не заглядывая в мешочек.

Дети поочередно отыскивают мячик на ощупь и рассказывают, как они отличили его от кубика.

-        Наше занятие заканчивается. Давайте скажем друг
другу «спасибо» за веселую игру.

***Занятие 3***

**Прогулка в осенний лес**

*Задачи:*

* сплочение группы, развитие эмпатии;
* развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию снижение излишней двигательной активности;
* обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету;
* развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей;
* развитие общей моторики;
* развитие памяти, речи и воображения.

*Материалы:*

* картина или фотография « Осенний лес »; игрушечный ежик; игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь;
* красный, желтый и зеленый кленовые листья (для каждого ребенка);
* красная, желтая и зеленая корзинки.

**Ход занятия**

Приветствие.

      Воспитатель говорит:

-Давайте представим, что мы идем на прогулку в осенний лес.

Дети встают друг за другом и идут по кругу.

Воспитатель рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*По ровненькой дорожке,*

*По ровненькой дорожке*

*Шагают наши ножки,*

*Шагают наши ножки.*

*По камушкам, по камушкам,*

*По кочкам, по кочкам,*

*По маленьким листочкам,*

*В ямку - бух!*

Движутся обычным шагом

Движутся большими шагами

Выполняют прыжки

С продвижением вперед

Движутся мелкими шагами

Приседают на корточки

С целью развития произвольного контроля за действиями воспитатель обращает внимание детей на то, что нужно приседать на корточки, а не просто садиться на ковер или падать на колени.

- Ну вот, мы и в лесу. Нас должен встречать ежик... Где же он?

Дети находят спрятанную игрушку и говорят, где находился ежик.

Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель рассматривает с детьми игрушечного ежа:

*Что ты, еж, такой колючий?*

*Это я на всякий случай.*

*Знаешь, кто мои соседи?*

*Лисы, волки да медведи*

Предлагает его потрогать. Дети касаются ладонью игрушки, делают вид, что укололись, отдергивают руку, говорят, что ежик колючий.

Воспитатель объясняет, как ежик защищается от «своих соседей», предлагает детям поиграть.

Дети, изображая ежиков, ползают на четвереньках по группе. Когда воспитатель показывает игрушку (лису, волка или медведя), дети должны сгруппироваться и сидеть неподвижно.

Игра повторяется 2-3 раза.

Некоторым детям сложно соблюдать условие игры: не двигаться при появлении лисы (волка, медведя) — они стремятся убежать, спрятаться. Вхождение в роль поможет преодолеть импульсивность. Детям напоминают, что ежи не умеют бегать, как зайцы, не умеют лазить по деревьям, как белки, — но у них есть надежное укрытие — иголки.

Воспитатель говорит:

-        Ежик собрал в лесу кленовые листочки. Он просит вас помочь ему правильно разложить листочки по корзинкам.

Воспитатель дает каждому ребенку набор кленовых листьев, выставляет три корзинки - красную, желтую и зеленую. Дети раскладывают листья по корзинкам соответствующего цвета.

Воспитатель предлагает спеть ежику песенку. Выбирается ребенок, который будет изображать ежа. Он садится и обхватывает руками колени (или ложится и сворачивается калачиком). Воспитатель и остальные дети встают вокруг него и поют песенку.

*Шли по лесу не спеша,*

*Вдруг увидели ежа.*

*-        Ежик, ежик, - мы друзья,*

*Дай погладить нам тебя.*

Все наклоняются и ласково прикасаются к «ежику».

Игра повторяется 2-3 раза.

Чтобы каждый ребенок побывал в роли ежа, можно предложить сесть в центр круга сразу нескольким детям.

Дети и взрослые вспоминают, какие игры и упражнения проводились на занятии, и обсуждают, что им больше всего понравилось.

Источник:

Журнал «Справочник Педагога-психолога», № 9, 2021г.

А.С. Роньжина «Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению»

**Содержание**

Важные моменты в организации игр в адаптационный период .........................................................................................1

Игры, которые помогут создать психологический комфорт …………………………………………………………………..3

Игры, которые помогут освоить пространство группы …………………………………………………………………..3

Упражнения и игры, чтобы снять эмоциональное напряжение ………………………………………………….…4

Песенки, потешки, «ладушки» ...……………………………. 6

Пальчиковые игры …………………......…………………….10

Занятие 1 ………………...……………………………………15

Занятие 2 …………...…………………………………………17

Занятие 3 ……………...………………………………………19