**Адаптация** (лат. adapto «приспособляю») – приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям внешней среды. Процессы адаптации направлены на сохранение гомеостаза *(гомеостаз*- саморегуляция, способность открытой системы сохранять постоянство своего внутреннего состояния посредством скоординированных реакций, направленных на поддержание динамического равновесия. Стремление системы воспроизводить себя, восстанавливать утраченное равновесие, преодолевать сопротивление внешней среды).

**Игры, направленные на адаптацию детей к детскому саду:**

**Игра «Доброе утро»**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Ход игры:** взрослый вместе с детьми напевно произносит текст:

- Доброе утро, глазки! (касаемся глаз кончиками пальцев)

Вы проснулись? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, носик! (дотрагиваемся до кончика носика)

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?

- Доброе утро, ручки! (кистями обеих рук делаем "фонарики")

Вы проснулись?

- Доброе утро, животик! (круговое поглаживание ладонью по животику)

Ты проснулся? (хлопки в ладоши)

- Доброе утро, детки! Вы проснулись? К солнышку потянулись! (руки наверх, потягиваемся)

**Игра "Позови"**

**Цель:** помочь детям установить контакт друг с другом, познакомиться поближе.

**Ход игры:** дети сидят на стульях педагог-психолог (воспитатель) рассматривает вместе с ними новый яркий мяч. Вызывает одного ребенка и предлагает поиграть - покатать мяч друг другу .Затем говорит: "Я играла с Колей. Коля, с кем ты хочешь поиграть?"Позови. Мальчик зовет: "Вова, иди играть".После игры Коля садится на место, а Вова зовет следующего ребенка.

**Игра "Передай колокольчик"**

**Цель:** помочь детям установить контакт друг с другом, познакомиться поближе.

**Материал:** колокольчик.

**Ход игры:** дети сидят на стульях полукругом. В центре стоит педагог с колокольчиком в руках. Он звонит в колокольчик и говорит: "тот, кого я позову, будет звонить в колокольчик. Таня , иди, возьми колокольчик. Девочка становится на место взрослого, звонит в колокольчик и приглашает другого ребенка, называя его по имени.

**Игра "Поезд"**

**Цель:** помочь детям установить контакт

друг с другом, познакомиться поближе.

**Ход игры:** педагог (воспитатель) предлагает поиграть в "поезд": "Я - паровоз, а вы - вагончики" дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего."Поехали" - говорит взрослый и все начинают двигаться, затем замедляет ход и говорит: "Остановка".

Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.

**Игра «Хоровод»**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Ход игры:**

**1. Вариант игры:**

Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов,

Кружим, кружим хоровод.

До того мы закружились,

Что на землю повалились.

Бух!

*При произнесении последней фразы все "падают" на землю (можно попросить детей присесть на корточки)*

**2. Вариант игры**

Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов,

Водим, водим хоровод.

Как заканчиваем круг,

Дружно прыгаем мы вдруг.

Гей!

*Взрослый и ребенок вместе подпрыгивают.*

**Игра "Прыгай веселей"**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Ход игры:** педагог рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Прыгай, прыгай веселей!

Прыгают на двух ногах.

Прыгай, прыгай - побыстрей!

Вверх, вниз, вверх, вниз -

*руки поднимают вверх, вниз*

И немного покружись -

кружатся на месте.

Мы немножко отдохнем и опять играть начнем.

Игра повторяется несколько раз.

**Игра "Мы топаем ногами"**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Ход игры:** ирающие становятся на расстоянии друг друга, чтобы при движении не задевать соседей. Педагог вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, давая им возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении.

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем.

Мы бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит."Стой". Все останавливаются. Игра повторяется.

**Игра "Игра с собачкой"**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Материал:** игрушечная собачка, тарелочка или небольшая миска.

**Ход игры:** педагог держит в руках собачку и говорит.

Сначала детям предлагается отгадать, кто пришел к ним сегодня в гости.

**Загадка про собачку:**

У него четыре лапы,

Черный нос и хвост лохматый,

Очень часто громко лает,

А плохих людей кусает!

Он бывает забияка!

Это кто у нас? (дети отвечают "собака")

 Затем появляется игрушечный персонаж собачка:

Гав-гав!Кто там?

Это песик в гости к нам,

Я собачку ставлю на пол.

Дай собачка, Пете лапу!

 Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу и покормить. Приносит миску с воображаемой едой, собачка "ест суп", "лает", говорит ребенку "спасибо!"

При повторении игры педагог (воспитатель) называет имя другого ребенка.

**Игра "Зайка"**

**Цель:** помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

**Материал:** игрушечный зайчик.

Зайка, зайка, что с тобой?

Ты сидишь совсем больной.

Ты не хочешь поиграть,

С нами вместе поплясать.

Зайка, зайка, попляши

И другого отыщи.

 После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши."Зайка" встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг. Игра повторяется.



Отдел образования администрации

Железнодорожного района

г. Екатеринбурга

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 175**

**Игры с детьми, направленные на адаптацию к детскому саду**

**подготовила**

**педагог-психолог**

**Распопова Ю.С.**

**г. Екатеринбург**