**«Игры в адаптационный период»**

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

    У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых детей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического  развития, потере веса, иногда к заболеванию.

       Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. И как правило, это, в первую очередь, игра, как самый ведущий вид деятельности в ДОУ. Игровую деятельность необходимо направлять на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок - ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения.

Основная задача 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 (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу, что приводит к некому «расслаблению» ребёнка.

**Преимущества игры перед другими средствами расслабления:**

-позволяет маленькому ребенку ощутить себя всемогущим;

-помогает не испытывать разочарования от того, что он мал и беспомощен, что должен исполнять чужие распоряжения;

-помогает познать окружающий мир, развить самоуважение, достигать успеха в собственных глазах;

-развивает искусство общения;

-помогает управлять своими чувствами;

-дает возможность пережить массу эмоций.

Желательно придерживаться в игровой деятельности в период адаптации определенной системности. В период адаптации первоначальные игры должны быть  направлены на **сплочение детей друг с другом и воспитателем.**

Описанные ниже варианты игр приводятся в такой последовательности:

-знакомство;

-игры с использованием игрушек и предметов;

-контакт руками;

-телесный контакт.

Этап знакомства-сближения со взрослым и детьми в группе хорошо использовать   **коллективные игры**. По своему характеру это игры – забавы, хороводы. Они созданы по образцу народных игр и несут в себе элементы фольклора и народной культуры. Такие игры удовлетворяют потребность малышей в движении, общении и в образном поэтическом слове. Сочетание движений со словами помогает ребенку осознать содержание игры, что в свою очередь облегчает выполнение действий. Воспитателю эти игры помогают завоевать симпатии детей, их доверие и разумное послушание. Открытость создает важные предпосылки для формирования личности ребенка и является его основой. Общность движений и игровых интересов усиливают радостные переживания и эмоциональный подъем. Дети учатся согласовывать свои действия друг с другом и ориентироваться на пространственные условия движений.

Привыкание к детскому саду – процесс непростой, потому что адаптивные возможности детского организма ограничены. Помочь ребенку в этот период должны близкие ему люди-мама, папа, бабушка и др.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка к детскому саду

**Чего нельзя делать ни в коем случае: -**

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад!

Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», — тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держать слово». Лучше еще раз скажите, что вы его очень любите и обязательно придете за ним. –

Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это наводит малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще. –

Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

 На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении адаптационного периода. Если ребенок успокаивается в течение некоторого времени после ухода мамы, то все в порядке. Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир.