

Леньшина Евгения Александровна

воспитатель

Парсаданян Анна Рубеновна

воспитатель

МБДОУ «Д/С ОВ №187»

г. Воронеж, Воронежская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: авторы статьи рассматривают ключевые игровые технологии, которые помогают младшим дошкольникам комфортно пройти период адаптации к детскому саду. Подчёркивается, что игровые технологии в период адаптации представляют собой не просто способ занять ребёнка, а методически выверенную систему поддержки, требующую от воспитателя терпения, эмпатии и гибкости.

Ключевые слова: младшие дошкольники, адаптация, игровые технологии.

Поступление ребенка в детский сад – один из самых сложных, но необходимых этапов социализации. Для детей младшего дошкольного возраста этот период сопряжен с тяжелейшим психоэмоциональным стрессом. Разлука с матерью, резкая смена привычного уклада жизни, необходимость контактировать с большим количеством сверстников и незнакомых взрослых, новый режим питания и сна – все это бьет по еще неокрепшей нервной системе.

Традиционный подход, при котором воспитатель выступает в роли строгого организатора, в период адаптации не просто неэффективен, но и вреден. Он лишь усиливает сепарационную тревогу. Единственным универсальным языком, на котором говорит ребенок этого возраста, является игра. Именно игровые технологии становятся тем терапевтическим инструментом, который позволяет безболезненно «перевести» малыша из семьи в социум, сохранив его базовое доверие к миру.

В первые дни адаптации нервная система ребенка находится в постоянном напряжении. Эффективны простые тактильные игры. Например, «Ладушки» и «Сорока-ворона»: классические потешки не только развлекают, но и ритмично стимулируют нервные окончания на ладонях, успокаивая ребенка. «Мыльные пузыри»: наблюдение за медленно летящими пузырями и попытка их поймать переклюкает внимание с плача на созерцание, замедляет дыхание и снимает спазм. Игры с песком и водой (водная зона в группе): переливание воды из одной емкости в другую, пересыпание сухого песка – это монотонные, ритмичные действия, обладающие мощным медитативным эффектом. Они помогают «заземлить» истерику.

Незнакомая мебель, чужие кровати, непонятные звуки – все это пугает. Игра помогает «присвоить» пространство. Так, например, вместо приказа «Пойдем мыть руки», воспитатель предлагает игру: «А давай мы сейчас превратимся в паровозики? Чух-чух, поехали в депо «Чистые ладошки!». Дорога в туалет или столовую превращается в приключение. В шкафчиках детей в первые дни могут «жить» маленькие мягкие игрушки (хранители шкафчика). Ребенок идет в сад не просто так, а «кормить своего мишку». В кроватке может ждать «сонная подушечка» с вышитыми глазками, которая «рассказывает сказки только тем, кто лежит тихо». Если ребенок отказывается есть, не нужно его заставлять. Можно использовать игровую мотивацию: «Давай построим башню из макарон», «Посадим вертолетик (ложку) в ангар (рот)», «Покормим грузовичок в гараже». Элементы соревнования (кто быстрее съест суп – «расчистит дорогу для машинки») также работают, но только если они не вызывают дополнительного стресса.

Самое сложное для ребенка и родителя – момент утреннего расставания. Здесь на помощь приходят короткие, но неизменные игровые ритуалы. Например, «Окошко поцелуев». На меловой доске или стене рисуется большое сердечко-окно. Мама целует ребенка в ладошку, ребенок «приклеивает» этот поцелуй к окошку. В течение дня, если малыш заскучал, он может подойти и «взять» свой поцелуй обратно. «Ритуал платочка» – воспитатель дает ребенку маленький кусочек мягкой ткани (кусочек маминого шарфа или маленькую игрушку из дома).

Это «ниточка», которая связывает его с домом. В течение дня ребенок может носить ее в кармане или прижимать во время сна. «Дверь-волшебница» – прощаясь, воспитатель говорит: «Эта дверь волшебная. Как только мама уйдет за нее, она превратит тебя в самого смелого зайчика (сильного мишку) для нашей группы». Это помогает ребенку переключить внимание с уходящей мамы на новую игровую роль.

Игровые технологии в период адаптации – это не просто способ занять ребенка, пока мама на работе. Это сложная, методически выверенная система психолого-педагогической поддержки. Она требует от воспитателя огромного терпения, эмпатии и гибкости. Успех адаптации измеряется не тем, как быстро ребенок перестал плакать по утрам, а тем, сохранил ли он живой интерес к познанию мира и чувство базовой безопасности. Игра лечит, учит и защищает, превращая стресс сепарации в ресурс для дальнейшего социального развития.

Список литературы

1. Белкина, В. Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО: практическое пособие / В. Н. Белкина. – Воронеж : Учитель, 2006. – 236 с.
2. Ватутина, Н. Д. Ребёнок поступает в детский сад : пособие для воспитателей детского сада / Н. Д. Ватутина; под ред. Л. И. Каплан. – Москва : Просвещение, 1983. – 80 с.
3. Заводчикова, О. Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи / О. Г. Заводчикова. – Москва : Просвещение, 2007. – 79 с.
4. Кирюхина, Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОО: пособие для педагогов / Н. В. Кирюхина. – Москва : Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
5. Лапина, И. В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. Программа, психолого-педагогическое сопровождение, комплексные занятия / И. В. Лапина. – Волгоград : Учитель, 2022. – 127 с.
6. Теплюк, С. Н. Улыбка малыша в период адаптации / С. Н. Теплюк // Дошкольное воспитание. – 2006. – №3. – С. 29–35.