

Консультация для воспитателей

«Игра как способ адаптации детей младшего дошкольного возраста к занятиям по физической культуре»

Подготовил:
Инструктор по физической культуре
Третьяков Ф.В.

При поступлении ребенка в ДОО, малыш попадает в непривычную среду, таящую в себе много неизвестного. Четкий режим дня, отсутствие родителей, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, - все эти изменения, по мнению таких психологов как Богомолова М.И., Гаврилова Т.П., Леонтьев А.Н., создают для ребенка стрессовую ситуацию. Возрастная незрелость системы адаптационных механизмов приводит к психическому напряжению, в результате нарушается сон, аппетит, появляются различные страхи, спад речевой активности, малыш отказывается играть с другими детьми, часто болеет и т.д. Для многих детей привыкание к детскому саду может затянуться на длительное время.

Характер и длительность адаптационного периода зависят также и от индивидуально-типологических особенностей детей. Застенчивые, замкнутые, робкие дети трудно и болезненно переносят разлуку с мамой, более длительное время привыкают, чаще болеют.

Характер и длительность адаптации зависят и от жизненного опыта ребенка. Ребенок из большой семьи, умеющий беспроblemно выстраивать собственный стиль поведения с каждым членом семьи, точно зная, чего от кого можно ожидать, и в группе с удовольствием идет на контакт с незнакомыми людьми, с интересом обследует незнакомую обстановку.

Адаптация - приспособление организма личности к изменениям внешних условий. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения - процесс вхождения ребенка в новую для него среду и болезненное привыкание к ее условиям.

Для организации успешной адаптации детей младшего дошкольного возраста необходимо выбирать разные направления работы: развлечения, консультации для родителей, памятки, интересные для детей подвижные игры, способствующие возникновению положительных эмоций у детей, элементы устного народного творчества. Необходимо использовать

различные методы, приемы и формы организации детей, как в групповой комнате, так и на свежем воздухе. Одним из средств адаптации является игра.

Основная задача игр в период адаптации — 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 ребенку. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

Ребенок может не сразу включиться в игру, но, увидев, как играют другие, увлекшись, он самостоятельно присоединится к игре. Для того чтобы игра действительно увлекала детей взрослый должен стать непосредственным участником игры. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой. В то же время взрослый организует и направляет игру. Таким образом, взрослый совмещает две роли — участника и организатора.

Игры помогают преодолеть застенчивость, смущенность, робость. Часто бывает трудно заставить ребенка выполнять какие-либо движения на глазах у всех. В игре же, подражая действиям своих товарищей, он непринужденно выполняет самые различные движения. Подчинение правилам игры воспитывает у ребенка организованность, внимание, способствует проявлению волевых качеств.

В игре легче всего преодолеваются и устраняются детские страхи. Ребенку замкнутому, плохо вступающему в контакт, не умеющему дружить с другими детьми полезно играть в игры, которые помогают детям сблизиться друг с другом. Это такие игры как, «Пузырь», «Ровным кругом», «По ровненькой дорожке», «Карусели».

Наблюдая за детьми в процессе игры, необходимо отмечать, кто из детей малоподвижен и наоборот, кто не умеет играть с той или иной игрушкой, учитывать индивидуальные возможности и особенности детей, осторожно руководить их деятельностью. Одним помогать освоить действия с новой игрушкой, другим предлагать поиграть с ними в мяч. Некоторые дети любят играть в одиночку, необходимо давать им такую возможность, но в то же время стараться привлечь детей к совместным играм. Необходимо подбирать игры так, чтобы задания усложнялись постепенно.

Игровые образы должны быть понятны и интересны детям. Это должны быть знакомые уже персонажи, важно чтобы движения образов игр были разнообразны и доступны для исполнения детям.

Разнообразие двигательных заданий обеспечивается не только тем, что в каждой игре одно и тоже движение выполняется при разном построении и в разных ситуациях. Всегда учитывать общее состояние ребенка. Если дети перевозбуждены, нужно провести малоподвижные игры, например, «Шарик», «Ква-ква-ква», «Найди пару», правила которых требуют определенного внимания.

Индивидуальный подход к каждому ребенку во время игры является непременным условием правильного руководства деятельностью детей. Подвижность детей чрезвычайно разнообразна, не все обладают необходимыми навыками и умениями, необходимо постоянно иметь в виду таких детей, побуждать их к активности, подбирать для них специальные задания и поручения.

Традиционная структура занятий по физической культуре предполагает условное деление на три основные части: вводную, основную и заключительную. Занятия по физической культуре в период адаптации отличаются элементами разнообразия. В вводной части необходимо настроить детей на эмоциональный контакт. Готовимся к предстоящей двигательной-игровой деятельности и физической нагрузке, используя разные виды ходьбы и прыжков. В основной части у детей формируется умение выполнять физические упражнения посредством участия в подвижных играх и игровых упражнениях. В заключительной части нагрузка снижается, выполняются релаксационные упражнения, упражнения на восстановление дыхания, пальчиковая гимнастика. Но приоритет отдается игровым занятиям, так как они являются естественной формой передачи детям необходимого объема знаний и двигательных умений и навыков.

Итак, Адаптация - сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях - физиологическом, социальном, психологическом. Необходимо выработать единый подход к воспитанию ребенка, согласовывать воздействия на него дома и в дошкольном учреждении. Игры являются эффективным способом адаптации детей младшего дошкольного возраста к занятиям по физической культуре в ДОО.