

**Варианты адаптационных занятий
для детей
младшего дошкольного возраста**

**Подготовила воспитатель
Колядич З.М.**

Занятие №1

Тема: “Вот Я какой! ”

Цель: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи:

- создание положительного эмоционального климата в группе;
- развитие самопонимания, самоосознания своей индивидуальности;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие чувства ритма, координации движений.

Материал:

Корзинка с сюрпризами.

Солнышко — мягкая игрушка, погремушка, кукла Малыш.

Ход занятия

Организация начала занятия.

Стульчики расставлены полукругом. Педагог звенит в погремушку, приговаривает:

Погремушка играет-

Деток собирает!

Предлагает предлагает детям присесть на стульчики.

Педагог: Доброе утро, дети! Я очень рада вас видеть. Сегодня у нас в гостях малыш.

Достаёт куклу малыша, одетого в песочник или трусики.

Педагог: Ребята, посмотрите какой хороший малыш. Он похож на вас?

Ответы детей.

Педагог показывает каждую часть туловища куклы и просит детей назвать её.

Игра «Большие – маленькие»

Педагог: Покажите, малышу, какие вы сейчас большие.

Дети встают в полный рост.

Педагог: А теперь, покажите, какие вы были маленькие.

Дети приседают на корточки;

Педагог: А какие вы будете, когда станете взрослыми.

Дети встают на носочки и тянутся руками вверх. Игра повторяется 2-3 раза.

Педагог: Дети, на стульчики свои пройдите и на Лялю посмотрите.

Ляле мы сейчас расскажем и ручками покажем, что у вас есть.

Игра «Это Я».

Это глазки. Вот. Вот. -----Показывают сначала левый, потом правый глаз.

Это ушки. Вот. Вот. ----- Берутся сначала за левое ухо, потом — за правое.

Это нос. Это рот. ----- Левой рукой показывают рот, правой нос.

Там спинка. Тут живот. ----- Левую ладошку кладут на спинку, правую на живот.

Это ручки. Хлоп, хлоп. ----- Два раза хлопают.

Это ножки. Топ, топ. ----- Два раза топают.

Ой, устали. Вытрем лоб. ----- Правой рукой вытирают лоб.

Далее педагог спрашивает детей:

- Покажите, где ваши ножки? (*Дети показывают ноги*).

- А что умеют делать ваши ножки? (*Ходить, прыгать, бегать, топать и т. п.*)

- Покажите малышу, как вы умеете шагать, бегать, играть.

Педагог: Дружно все вставайте и за мной всё повторяйте.

Упражнение «Наши ножки»

Большие ноги шли по дороге: ----- Большими шагами идут друг за другом.

Топ, топ, топ,

Топ, топ, топ,

Маленькие ножки бежали по дорожке: ----- Маленькими шагами бегут друг за другом.

Топ, топ, топ,

Топ, топ, топ.

Ваши ножки убегают- ----- Возвращаются на свои места.

Только пяточки сверкают.

Педагог: Ну, ребятки не зевайте, а за мной всё повторяйте!

Игра «Пляшут наши детки!»

Где же, где же наши ручки? ----- Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга.

Где же наши ручки?

Нету наших ручек! ----- Прячут руки за спину.

Вот, вот наши ручки! ----- Выставляют руки вперёд.

Вот наши ручки! ----- Поворачивают ладошки вверх-вниз.

Пляшут, пляшут наши ручки! ----- Показывают фонарики.

Пляшут наши ручки!

Где же, где же наши ножки? ----- Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга

Где же наши ножки?

Нету наших ножек! ----- Обхватывают ноги руками

Вот, вот наши ножки!

Вот наши ножки! ----- Ритмично хлопают ладошками по ногам.

Пляшут, пляшут наши ножки! ----- Ритмично топают ногами.

Пляшут наши ножки!

Где же, где же наши детки? ----- Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга

Где же наши детки?

Нету наших деток! ----- Закрывают лицо ладошами.

Вот, вот наши детки!

Вот наши детки! ----- Встают в полный рост, разводят руки в стороны.

Пляшут, пляшут наши детки! ----- Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя.

Пляшут наши детки!

Педагог:

А сейчас мы отдохнём и опять играть начнём.

Погладим себя по головке.

Похвалим: хорошо играли, славно танцевали....

Погладим ножки, ручки...

Педагог:

Ручки не деритесь,

Ручки не сердитесь.

Лучше подружитесь...

Пальчиковая гимнастика “Дружные пальчики!”

Дружат в нашей группе ----- Подушечки пальцев одной руки дотрагиваются до
Девочки и мальчики----- подушечек пальцев другой руки.

Мы с тобой подружим маленькие пальчики. ----- Пальчики сцепляются в замок.

Упражнение “Покачай малыша!”

Дети по очереди качают малыша на руках, приговаривая вместе с педагогом:

Бай, бай, бай, бай,

Ты, собачка не лай

И в гудочек не гуди;

Нашу Лялю не буди.

Педагог: Наш малыш уснул.... И нам пора проститься. Но сначала солнышко подарит
вам свою любовь тепло.

Солнышко, появись!

Светлое, лучистое,

Покажись.

Педагог достаёт из корзинки солнышко.

Упражнение «Подари любовь и тепло»

По очереди дети обнимают солнышко, передавая, друг другу.

Педагог: «Солнышко вас любит, дарит свет и тепло Кате, Саше... И вы, ребята, нежно
обнимите его, и подарите ему свою любовь и ласку».

Занятие №2

Тема: “Вот как я умею”

Цель: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи:

- помочь детям привыкнуть к новой обстановке и научиться ориентироваться в ней;
- создание положительного эмоционального климата в группе;
- развитие самопонимания, самоосознания своей индивидуальности;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие чувства ритма, координации движений.

Материал:

Корзинка с сюрпризами.

Солнышко — мягкая игрушка; колокольчик.

Ход занятия

Организация начала занятия.

Стульчики расставлены полукругом. Воспитатель звенит в колокольчик, приглашает детей на занятие и предлагает присесть на стульчики.

Колокольчик звенит,

Собираться велит!

Педагог: Здравствуйте, дети! Я очень рада вас видеть. Сегодня у нас в гостях Солнышко.

-Солнышко красное!

Появись.

Светлое, лучистое,

Малым детушкам улыбнись!

Педагог из корзинки достаёт Солнышко.

Педагог: Солнышко вам улыбается. Улыбнитесь ему тоже — подарите свои улыбки.

Солнышко: Здравствуйте, ребятушки. Милые, хорошие, славные, пригожие.

Дети: Здравствуй, Солнышко!

Педагог: Когда солнышко светит, на земле всё растёт: деревья, цветы, трава и, вы, ребята тоже растёте. Покажите солнышку, какими вы стали.

Игра «Большие – маленькие»

Педагог: А какими большими вы будете.

Дети встают на носочки и тянутся руками вверх к солнышку.

Педагог: А сейчас, покажите, какие вы были маленькие.

Дети приседают на корточки. Игра повторяется 2-3 раза.

Педагог: 1,2, 3 — своё место найди!

А сейчас покажем и расскажем Солнышку, как мы живём.

Упражнение «Как живёшь? «

Сжать пальцы обеих рук в кулачки.

Как живёшь? -----Показать оттопыренный большой палец

-Вот так!

А пливёшь? ----- Вытянуть руки вперёд, затем развести их в стороны

-Вот так!

Как бежишь? -----Согнуть руки в локтях, выполнять ими движения вперёд-назад.

-Вот так!

Вдаль глядишь? ----- Приложить ребро ладони ко лбу

-Вот так!

Ждёшь обед? ----- Подпереть подбородок кулачком

-Вот так!

Машешь вслед? ----- Выполнить кистью ведущей руки движения влево вправо

-Вот так!

Ночью спишь? ----- Лечь щёкой на сложенные вместе ладошки.

-Вот так!

А шалишь? ----- Надуть щёчки и хлопнуть по ним ладошками.

-Вот так!

Упражнение «Что умеют ваши ручки?»

Педагог: А где же ваши ручки?

Дети: Вот наши ручки!

Протягивают вперёд и крутят ладошки.

Педагог: А что умеют ваши ручки?

Дети. Одеваться, играть, умываться...

Педагог: А хлопать в ладоши ваши ручки умеют!

Дети: Да!

Педагог: Покажите солнышку, как умеют ваши ручки, хлопать в ладоши, умываться.

Педагог: А играть ваши ручки умеют?

Дети: Да!

Педагог: Давайте, покажем солнышку, как они играют.

Педагог произносит потешку, показывает движения. Дети повторяют за ним.

Пальчиковая гимнастика «Здравствуй, пальчик»

Ладошки ставят друг напротив друга

Здравствуй, пальчик! ----- прикасаются мизинцами

Здравствуй, пальчик! -----прикасаются безымянными пальцами

Здравствуй, пальчик! ----- прикасаются средними пальцами

Здравствуй, пальчик! ----- прикасаются указательными пальцами

Здравствуй, пальчик! -----прикасаются большими пальцами

Здравствуйте, пальчики! ----соединяются пальцы обеих рук в замок.

Педагог: Молодцы, ребята! Солнышку очень понравилось, как вы играете пальчиками.

Упражнение "Что умеют ваши ножки?"

Педагог: А где же ваши ножки?

Дети показывают ноги.

Педагог: А что умеют делать ваши ножки?

Дети. Ходить, прыгать, бегать, топать....

Педагог: Давайте покажем солнышку.

Педагог: Внимательно слушайте слова, повторяйте за мной слова и движения. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга.

Зашагали ножки: топ-топ-топ, ----- шагают друг за другом

Прямо по дорожке: топ-топ-топ,

Ну-ка, веселее: топ-топ-топ,

Вот как мы умеем: топ-топ-топ,

Побежали ножки по ровненькой дорожке, ----- побежали друг за другом

Убегают, убегают, ----- направляются к своим стульчикам

Только пяточки сверкают! ----- присаживаются на свои места.

А прыгать ваши ножки умеют?

Дети: Да!

Упражнение “Прыгай веселей”

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 отдохнём и опять играть начнём.

Игра «Прятки»

Педагог предлагает детям закрыть глаза и прячет солнышко в группе, спрятав, звенит в колокольчик. Дети открывают глаза, ищут солнышко. Нашедшему ребёнку, все дети аплодируют. Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель: Солнышко, ребята, было с вами интересно, весело и на прощанье оно хочет вам подарить свою любовь и тепло.

Упражнение «Подари любовь и тепло»

По очереди дети обнимают солнышко, передавая друг другу.

Педагог: «Солнышко вам дарит любовь и тепло. И вы, ребята, нежно обнимите его, подарив в ответ свою доброту и ласку».