



Муниципальное дошкольное  
образовательное бюджетное  
учреждение детский сад  
№26 «Василек» ст. Советская



# Картотека игр в адаптационный период для детей 2-3 лет



Подготовила педагог-психолог:  
Лесоулова М.С.





## «Доброе утро!»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

**Описание.** Педагог вместе с детьми напевно произносит текст:

- Доброе утро, глазки! (касаемся глаз кончиками пальцев) Вы проснулись? (хлопки в ладоши)
- Доброе утро, носик! (дотрагиваемся до кончика носа) Ты проснулся? (хлопки в ладоши)
- Доброе утро, ушки! (касаемся кончиками пальцев обоих ушек) Вы проснулись?
- 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 животу) Ты проснулся? (хлопки в ладоши)
- Доброе утро, детки! Все проснулись?! К солнышку потянулись! (руки вверх, потягиваемся)



## «Хоровод»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений.

**Описание.** Педагог держит ребенка (детей) за руки и ходит по кругу, приговаривая:

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.

### 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.





## «Прыгай веселей»



## «Солнечные зайчики»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений.

**Описание.** 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 повторяется несколько раз.

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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений.

**Материал.** Маленькое зеркальце.

**Описание.** Педагог зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом:

Солнечные зайчики

Играют на стене.

Помани их пальчиком,

Пусть бегут к тебе!

По сигналу «Лови зайчика!» дети пытаются его поймать.

Игру можно повторить 2-3 раза.





## «Осенние листочки»

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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений; взаимодействие детей.

**Материал:** игрушка гномик, осенние листочки из картона, магнитофон, аудиозапись медленной музыки.

**Описание.** Педагог рассказывает детям, что сегодня к детям пришел маленький гномик и принес красивые листочки.

- Гномик приглашает вас потанцевать с листочками. Дети берут листочки и кружатся с ними под музыку.

- А хотите потанцевать с гномиком? Воспитатель, держа гномика в руках, берет за руки одного ребенка и кружится с ним в паре. Так гномик «танцует» со всеми детьми по очереди.

Затем гномика помещают в центр, дети дарят ему листочки, встают в хоровод и идут под музыку вокруг гномика.



## «Игра с собачкой»

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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений; взаимодействие детей.

**Материал:** игрушечная собачка.

**Описание.** Педагог держит в руках собачку и говорит:

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, покормить.

Приносит миску с воображаемой едой, собачка «ест суп», «лает», говорит ребенку «спасибо!»

При повторении игры воспитатель называет имя другого ребенка.





## «Ладушки – хлопушки»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие чувства ритма, координации движений.

**Описание.** Педагог декламирует стишок, выполняя действия:

Ладушки – ладушки, Звонкие хлопушки,  
Хлопали в ладошки, Хлопаем немножко.

Кашу варили, Ложечкой мешали.

(взрослый помогает ребенку водить пальчиком правой руки по ладошке левой)

Куколку кормили. Да!

Кошечке давали. Да! (протягиваем левую ладонь вперед)

Кулачки сложили, Кулачками били,

Тук, тук, тук, тук, тук, Тук, тук, тук, тук, тук. Да!

(сжимаем пальцы в кулаки и решительно постукиваете ими друг о друга)

Ладошки плясали, Деток забавляли,

Ля-ля-ля, ля-ля-ля, Ля-ля-ля, ля-ля-ля. Да! (делаем фонарики)

Ладушки устали, Ладушки поспали,

Баю-бай, баюшки, Баю-бай, ладушки. Да!

(складываем ладони рук и подкладываем их по щеку)



## «Зайка»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; взаимодействие детей.

**Описание.** Дети, взявшись за руки, вместе идут по кругу. Педагог поет песенку:

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.





## «Пускание мыльных пузырей»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

**Материал:** мыльные пузыри.

**Описание.** Педагог пускает мыльные пузыри и говорит:

- Осторожно, пузыри!
  - Ой, какие!
  - Посмотри!
  - Раздуваются!
  - Блестят!
  - Отрываются!
  - Летят!
  - Вот — со сливу!
  - Вот — с орех!
  - Вот не лопнул дольше всех!
- Дети ловят мыльные пузыри.



## «Поезд»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; взаимодействие детей; отработка основных движений – бег, ходьба.

**Описание.** Педагог 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, приговаривая: «Чу-чу-чу». Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, останавливается и говорит: «Остановка».

Через некоторое время поезд опять отправляется в путь.





## «Огуречик-огуречик»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

**Описание.** На одном конце площадки – педагог, на другом – дети. Они приближаются к ведущему прыжками на двух ногах. Педагог говорит:

Огуречик, огуречик,  
Не ходи на тот конечик,  
Там мышка живет,  
Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают, а воспитатель их догоняет.

Игра повторяется несколько раз.

## «Карусели»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; взаимодействие детей.

**Описание.** Держась за руки, дети вместе с педагогом движутся по кругу, говоря:

Еле-еле-еле-еле  
Завертелись карусели  
(карусель медленно движется в правую сторону).  
А потом, потом, потом  
Все бегом, бегом, бегом  
(темп речи и движений постепенно ускоряются!)  
Побежали, побежали,  
Побежали, побежали  
(все бегут)!

Тише, тише, не спешите,  
Карусель ос-та-но-ви-те.  
Раз-два, раз-два (пауза),  
Вот и кончилась игра  
(темп движений постепенно замедляется, на слова раз-два, все останавливаются и кланяются друг другу).

Игру повторить 3—4 раза, каждый раз меняя направление движения.





## «В нашей группе»



## «Зайнышка – паинька»



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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; знакомств детей друг с другом.

**Описание.** Педагог предлагает детям сесть в круг, хлопать в ладоши, приговаривая:

В нашей группе, в нашей группе,

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят,

Вместе рядышком сидят.

Называем по очереди всех детей:

А у нас есть ... Настя

А у нас есть ... Петя и т.д.

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят

Вместе рядышком сидят.

Игра повторяется несколько раз, чтобы дети запомнили друг друга.

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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

**Описание.** Педагог встает напротив ребенка и просит его повторить движения зайки:

Будем зайнышкой?

Ну-ка, зайка, поклонись, серенький поклонись.

Вот так, вот так, поклонись.

(кланяются в разные стороны)

Зайнышка, повернись, серенький повернись.

Вот так, вот так, повернись.

(поворачиваются, руки на поясе)

Зайнышка, топни ножкой, серенький топни ножкой.

Вот так, вот так, топни ножкой, серенький топни и ножкой.

Вот так, вот так, топни ножкой.

(топают по очереди каждой ножкой)

В конце игры воспитатель хвалит «зайку», поглаживает по головке: «Молодцы!».

Поглаживает ручки и ножки. По желанию ребенка игра повторяется.





## «Жил-был у бабушки козлик»

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

**Задачи:** создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

**Описание.** Педагог рассказывает:

Жил-был у бабушки козлик. У него были ножки — вот такие (дети выставляют поочередно ноги), а копытца вот здесь (приседают и дотрагиваются до пяток), рожки вот здесь (прикладывают кисти рук к голове), хвостик за спиной вот такой (показывают рукой, оглядываясь назад).

Был козлик ма-а-а-ленький (дети приседают), потом он вырос и стал большим, вот таким (встают и поднимаются на носки).

Рожки у козлика были маленькие, а потом выросли большие!

Хвостик был маленький, а вырос большой, длинный (показывают руками). Захотелось козлику погулять, пошел он по полям, по долам, по высоким горам (дети расходятся по всей площадке).

Зовет бабушка козлика домой, а он говорит: не хочу! Иди, козлик, домой, а то волк съест!

(Педагог изображает волка и предлагает детям убежать от него)



## Игры с водой

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

**Оборудование:** таз с водой, плавающие предметы (уточка, мячик, лодка и т.п.) и тонущие предметы (камень, металлическая тарелка и т.п.), бумажные кораблики по количеству детей, 2—3 лейки.

**Описание.** Педагог показывает таз с водой, обращает внимание детей на то, что вода чистая, холодная, прозрачная, спрашивает зачем она нужна. Дети трогают воду, бросают различные предметы, отмечая, какие предметы плавают, а какие тонут. Педагог говорит, что грязную воду нельзя пить, купаться в ней. Напоминает что воду надо беречь и не засорять.

В конце экспериментов с водой дети пускают бумажные кораблики, дуют на них, изображая ветер.

После игры воду наливают в лейки и поливают цветы, кусты, деревья.





## Собирание «Сокровищ»

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

**Материал:** корзина.

**Описание.** На прогулке воспитатель собирает вместе с ребенком "сокровища" (камешки, стручки, веточки, листья, раковины) и складывает их в корзину. Выясняет, какие "сокровища" вызывают у малыша наибольший интерес (это подскажет дальнейшие пути общения). Затем называет какое-либо "сокровище" и просит достать его из корзины.

## Забава с увеличительным стеклом

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

**Материал:** Увеличительное стекло (предпочтительно пластмассовое).

**Описание.** На прогулке педагог дает ребенку травинку. Показывает, как смотреть на нее через лупу. Предлагает ребенку посмотреть сквозь увеличительное стекло на пальцы и ногти - это обычно зачаровывает малыша. Прогуливаясь по участку, можно исследовать цветок или кору дерева, рассмотреть кусочек земли: нет ли там насекомых и т.д.



## «Мяч»

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

**Описание.** Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а педагог, положив на его голову ладонь, приговаривает: "Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!" После этого "мячик" убегает, а взрослый ловит его.

## «Пришел Петрушка»

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

**Материал:** петрушка, погремушки.

**Описание.** Педагог приносит Петрушку, рассматривает его с детьми. Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой встряхивают погремушками, радуются.





## «Рисунки на песке»



**Цель:** развитие тактильной чувствительности, визуализация понятия «Я».

**Оборудование:** цветные пластиковые подносы, манная крупа.

**Описание.** Давайте вспомним одну из самых любимых игр-занятий нашего детства. Когда на улице становилось тепло, детвора собиралась в песочнице. Создадим свою маленькую песочницу с белым «песком» (манной крупой). Можно насыпать ее горкой или разгладить. По песочку пробежится стадо лошадей, проскачат зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучи, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Почему дети любят играть в песке?

**Песок помогает расслабиться.**



## «Подуй на шарик, подуй на вертушку»



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

**Материал:** Воздушный шарик, вертушка.

**Описание.** На уровне лица ребенка подвешивается воздушный шарик, а перед ним на стол кладут вертушку. Воспитатель показывает, как надо дуть на воздушный шарик, чтобы он высоко взлетал, и предлагает ребенку повторить действие. Затем взрослый дует на вертушку, чтобы она завертелась, ребенок повторяет.





## «Мы топаем ногами»



## “Большие – маленькие”



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

**Описание.** Играющие становятся в круг на таком расстоянии друг от 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.

(Дети берутся за руки, образуя круг.)

Мы бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит:

«Стой». Все останавливаются.

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

**Описание.** 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.





## «Где же наши детки?»



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

**Описание.** Дети любят «прятаться», закрывая лицо ладошками. Можно разнообразить игру:

- Где же наши ручки? (спрятать руки за спину)
- Вот наши ручки! (протянуть руки вперед)
- Где же наши ушки? (прикрыть ушки ладонями)
- Вот наши ушки! (показать ушки, поворачивая голову направо и налево)
- Где же наши щечки? (закрыть щеки ладонями)
- Вот наши щечки! (погладить щеки руками)
- Где же наши детки? (прикрыть лицо ладонями)
- Вот наши детки, вот наши детки! (открыть лицо, улыбнуться друг другу).



## «Волшебный сундучок»



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

**Описание.** Приготовить для ребят яркую коробочку с интересными предметами и небольшими игрушками.

Старичок – лесовичок  
Подарил нам сундучок,  
Нужно нам его открыть,  
Чтоб игрушки раздобыть.

Следует помнить, что содержимое коробки не должно иметь мелкие предметы. Так как дети, рассматривая их, могут взять предметы в рот, затолкать в нос и уши. Воспитатель, занятый одновременно с несколькими детьми, может этого не заметить. Лучше обезопасить себя, заранее пересмотрев содержимое не только данной коробки, но и всех предметов в группе на уровень безопасности для маленьких детей.

