

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа № 16» г. Гурьевска

Выступление на РМО по теме:

«Адаптация первоклассников через игру»

Подготовила:  
Трусова Ирина Викторовна  
Учитель начальных классов

Гурьевск 2018

Первый класс - один из наиболее существенных критических периодов в жизни детей. Поступление в школу нередко приводит к возникновению эмоционально-стрессовой ситуации, которую можно преодолеть с помощью игровой деятельности.

*Игра* – это сложное социально-психическое явление. Являясь ведущей деятельностью дошкольного периода, она обеспечивает существенные новообразования в физической, психической и личностных сферах. Дает эффект общего психического развития. В игре ребенок учится управлять собой.

Актуальным направлением в работе учителя начальных классов является поддержка первоклассников в начале учебного года. Особенно это важно в период адаптации детей, впервые пришедших в школу. Именно в это время первоклассники сталкиваются с новыми трудностями, правилами и нормами, мировоззрением, школьной программой, которые они должны в сжатые сроки освоить и принять, научиться в них существовать и развиваться.

Адаптационные проблемы школьников отражены в работах Г.Ф. Кумариной, А.Д. Гонеева, Р.В. Овчаровой. По определению Р.В. Овчаровой, «школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребёнка к школе в форме нарушений учёбы и поведения, конфликт отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии».

Задача, стоящая перед классным руководителем - создание максимально благоприятных условий для адаптации первоклассников к школе. Адаптация, т.е. приспособление, привыкание к новым условиям - сложный и зачастую продолжительный процесс. Она зависит как от индивидуальных свойств личности, так и от помощи окружающих. В программе разработана определенная система действий, направленных на создание комфортных и благоприятных условий учебно-воспитательного процесса. В реализации программы задействованы учитель 1 класса, учителя-предметники, работающие в 1 классе, администрация школы, медицинский работник школы, воспитатели, педагоги дополнительного образования, родители.

Целью данного сборника является обобщение и систематизация игр для организации адаптационного периода первоклассников.

Планируемый результат: создание комфортных и благоприятных условий учебно-воспитательного процесса, способствующих успешной и скоротечной адаптации первоклассников.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- установление контакта с учащимися, с учителем;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности.

Индикатором трудности процесса адаптации к школе являются негативные изменения в поведении ребенка: это может быть чрезмерное возбуждение, даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессивность. Может возникнуть чувство страха, нежелание идти в школу и т.д.

Деятельность педагогического коллектива школы по организации благоприятной адаптационной среды на переходе от дошкольного к начальному школьному образованию направлена на создание следующих психолого-педагогических условий:

1. Организация режима школьной жизни первоклассников.
2. Создание предметно-пространственной среды. - .
3. Организация оздоровительно-профилактической работы.
4. Организация учебно-познавательной деятельности первоклассников в адаптационный период.
5. Организация внеурочной жизни первоклассников.
6. Взаимодействие с участниками образовательного сообщества.
7. Изучение социально-психологической адаптации детей к школе.

Одним из способов поддержки детей в адаптационный период может являться составление данного сборника игр.

Представленные игры в сборники предназначены для преодоления успешной адаптации в образовательном учреждении. Данный сборник поможет преподавателям начальных классов, психологам, студентам педагогических организаций, воспитателям в организации перемен, свободного времени на уроке, на внеурочной деятельности учащихся.

**Игры на знакомство**

Выбранные игры способствуют постепенной адаптации младших школьников, так как в первые дни пребывания ребенка в школе трудно освоиться в новом помещении, в новом коллективе. Поэтому классный руководитель должен применять игры на знакомство детей, которые помогут создать благоприятную обстановку, раскрепостить детей и познакомить их в творческой и оригинальной форме.

### ***«Снежный ком»***

Цель: познакомить детей, устранить скованность в общении.

Инструкция: играющие становятся в круг. Начинает один из игроков, называя своё имя, следующий называет имя предыдущего, потом своё и т. д. (1-Аня, 2- Аня, Маша, 3- Аня, Маша, Петя)

### ***«Знакомство»***

Цель: познакомить учащихся, создать эмоциональную атмосфера.

Игра предназначена для того, чтобы быстро перезнакомить всех участников, если это необходимо. Кроме того, она развивает скорость реакции, память и вносит оживление в атмосферу в группе.

Реквизит: небольшой мяч (можно теннисный).

Число уча10 – 20.

Инструкция: в этой игре с помощью мячика мы пробуем познакомиться. Все встают в круг, один берёт мяч. По часовой стрелке, начиная с того, у кого сейчас в руках мяч, передают друг другу его, называя при этом чётко и громко свои имена. Игра заканчивается, когда всем становится ясно, что имена запомнены проч

### ***«Псевдоним»***

Цель: познакомить детей, снять напряженность.

Инструкция: имя с псевдонимом (или девизом, качеством, характеристикой и т.п.). Все по кругу представляются двойным именем, затем участникам предлагается встать и поздороваться, двигаясь как угодно таким образом: подходя к кому-либо, протягивает руку – «Привет, тот-то!». «Тот» должен ответить, пожимая руку подошедшему: «Привет, тот-то!» (также можно хлопая в ладоши и т.п.). Потом все рассаживаются и рассказывают, у кого

получилось со всеми поздороваться, у кого не совсем, что мешало, какие эмоции, какие имена понравились.

### ***«Привет!»***

Цель: познакомить детей, устранить скованность в общении.

Инструкция: все встают в круг лицом плечом к плечу. Водящий идет по внешней стороне круга и задевает одного из играющих. Водящий и играющий, которого задела, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, они пожимают друг другу руки и говорят: «Привет!». Можно еще назвать свое имя. Потом они бегут дальше, пытаясь занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места, становится водящим.

### ***«Два хлопка, два щелчка»***

Цель: знакомство, установление доверительного контакта с детьми.

Инструкция: участники стоят в кругу. Все вместе делают два хлопка, щелчок пальцами правой руки, щелчок пальцами левой руки, два хлопка и т. д. Желательно, чтобы начинал вожатый. Итак, при щелчке пальцами правой и левой руки ведущий произносит своё имя, затем два хлопка, после этого при щелчке пальцами правой руки произносит своё имя, а при щелчке пальцами левой руки – имя одного из участников. Тот игрок, чьё имя назвали, повторяет то же самое. Например: Оля, Оля, два хлопка, Оля, Игорь, Игорь, Игорь, два хлопка, Игорь, *Света, и т. д. Кто не успел – тот » прошляпил»*

### ***«Падающий лист»***

Цель: знакомство, установление доверительного контакта с детьми.

Инструкция: играющие стоят в кругу лицом внутрь. Водящий, находящийся в центре круга, поднимает вверх руку с листом бумаги формата А4 и, назвав чье-нибудь имя, отпускает его. Задача того, кого назвали добежать до листка и поймать его, пока тот не приземлился на пол. Если попытка не удалась, прежний водящий остается и пытается передать листок снова, но другому игроку, иначе водящим становится тот, кто ловит листок

### ***«Солнце светит на того...»***

Цель: знакомство, разогрев класса.

Инструкция: все ребята сидят в кругу на стульчиках. Ведущий стоит в центре: «Солнце светит на того...». И называет какой – либо признак,

который может объединять ребят, например: «Солнце светит на того, кто приехал в наш лагерь первый раз». Все ребята, кто приехал первый раз, должны встать со своих мест и пересесть на другой стульчик. Задача ведущего: занять место на стуле! Если вдруг, такой человек один, то он меняется местами с ведущим. Во время этой игры вожатый может узнать о ребятах много нового, а ребята друг о друге.

### **Игры на сплочение.**

Когда дети познакомятся друг с другом целесообразно использование игр на сотрудничество, которые помогут сплотить детский коллектив, вывести его на новый уровень развития, проследить взаимосвязь сотрудничества детей, контакта в разных видах деятельности, и развития внимания.

#### ***«Дотронуться до одежды ...цвета»***

Цель: развитие чувства сплоченности.

Инструкция: играющие должны дотронуться до одежды (своей или чужой) того цвета, которого скажет ведущий. Ведущий должен успеть осалить кого-нибудь, кто не успел дотронуться. Осаленный становится водящим.

#### ***«Лавата»***

Цель: развивать память, внимание детей, развитие чувства сплоченности.

Инструкция: играющие становятся в круг, берутся за руки и начинают двигаться по кругу, громко напевая: "Мы танцуем, мы танцуем, тра-та-та, тра-та-та, наш весёлый танец - это Лавата". Потом все останавливаются и ведущий говорит: "Мои локти хороши, а у соседа - лучше" - все берут своих соседей за локти и снова начинают двигаться напевая. Ведущий может глумиться, как хочет (талия, плечи, пятки, ноги и т.п.), главное - снять у детей тактильное напряжение.

#### ***«Пары»***

Цель: формирование доверительного отношения друг к другу, развитие интуитивного понимания.

Инструкция: Каждая пара берет по одному листку бумаги, встает лицом друг к другу и, прижимая лист лбами с двух сторон, руки заводят за спину, в таком положении пары должны произвольно передвигаться по помещению. Разговаривать нельзя. Главная задача участников – найти каналы

интуитивного понимания партнера, которое всем нам необходимо в жизни среди людей.

Цель: раз«Салки – обнималки»

Цель: формирование у детей доверительного отношения друг к другу.

Инструкция: игра типа салок, но с одним новым правилом: нельзя салить тех, кто стоит, крепко обнявшись. Но так стоять можно не более 7 секунд.

### ***«Клубочек»***

Цель: знакомство, установление доверительного контакта с детьми, сплочение группы.

Инструкция: дети садятся в круг. Ведущий, держа в руках клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, задает любой вопрос участнику игры (Например: «Как тебя зовут, хочешь ли ты со мной дружить, что ты любишь, чего ты боишься» и т.д.). Ребенок ловит клубочек, обматывает нитку вокруг пальца, отвечает на вопрос, а затем задает свой следующему игроку. Таким образом, в конце клубочек возвращается ведущему. Все видят нити, связывающие участников игры в одно целое, определяют, на что фигура похожа, многое узнают друг о друге, спланиваются.

Замечание: Если ведущий вынужден помогать затрудняющемуся ребенку, то он берет при этом клубочек себе назад, подсказывает и опять кидает ребенку. В результате можно увидеть детей, испытывающих затруднения в общении, у ведущего с ними будут двойные, тройные связи.

### ***«Поварята»***

витие внимания, групповой сплоченности.

Инструкция: все встают в круг – это кастрюля. Сейчас будем готовить суп (компот, винегрет, салат). Каждый придумывает, чем он будет в блюде: мясо, картошка, морковь, лук, капуста, петрушка, соль и т.д. Можно раздать картинки. Ведущий выкрикивает по очереди, что он хочет положить в кастрюлю. Узнавший себя в прыгивает в круг, следующий, прыгнув, берет за руки предыдущего. Пока все «компоненты» не окажутся в круге, игра

### ***«Путаница»***

Цель: разогрев, сплочение группы, снижение напряженности.

Инструкция: «Сейчас один из вас, доброволец, должен выйти за двери. Остальные должны встать в круг и взяться за руки. После того как образуется плотное кольцо, необходимо «запутаться», не разжимая рук. Когда «клубок» будет готов, мы пригласим ведущего, который «распутает» группу». Можно провести путаницу еще раз, предложив кому-либо из группы «запутать» всех остальных, а другому ведущему распутать

### **Игры на снятие психо - эмоционального напряжения.**

Учет психического состояния ребенка является одной из актуальнейших проблем современной образовательной практики, которая призвана обеспечить физическое и психическое здоровье подрастающего поколения, особенно в связи с тем, что школьниками стали дети шести лет. Требуется не только профессиональная оценка психического состояния ребенка, но и создание соответствующих условий охраны и гигиены его нервной системы как во время пребывания в дошкольном учреждении, так и во время учебного процесса в начальной школе. Поэтому следует проводить игры на снятие психо-эмоционального напряжения.

#### ***«Ласковые ладошки»***

Цель: снятие психо-эмоционального напряжения.

Инструкция: дети стоят по кругу друг за другом. Гладят ладошками впереди стоящего ребенка по голове, спине, внешней части рук (легко, слегка прикасаясь). Это упражнение снимает напряжение, расслабляет.

#### ***«Вьюнок»***

Цель: способствовать эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения.

Инструкция: упражнение выполняется в парах. Один из детей, легко перебирая пальчиками рук, «поднимается» по спине другого ребенка снизу вверх (вьюнок растет, тянется вверх).

Примечание: перед выполнением этого и предыдущего упражнений необходимо обратить внимание детей на то, как надо гладить, как прикасаться пальчиками (показать, как именно это надо делать).

#### ***«Петушки»***

Цель: снять напряжение, успокоить волнения ребенка.



Инструкция: дети выталкивают друг друга в круг диаметром 60–70 см, прыгая на одной ноге, заложив руки за спину (старшие дети), дети помладше могут прыгать на двух ногах, также заложив руки за спину. При выполнении этого упражнения для создания доброжелательного фона можно привлекать спокойных детей.

### ***«Перематывание клубочков»***

Цель: способствовать эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения.

Инструкция: два клубочка разного цвета диаметром примерно 5 см, закрепленных так, чтобы нитки не разматывались, соединены между собой толстой ниткой пряжи длиной 1–1,5 м. Ребенок перематывает нитку с одного клубочка на другой.

### ***«Секреты»***

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: Сшить небольшие мешочки (примерно 10 г 15 см) одной расцветки. Насыпать в них различную крупу (набивать не туго) — манку, рис, горох, фасоль, гречку и т.п. Предложить детям, испытывающим эмоциональный дискомфорт, отгадать, что же такое находится в мешочках? Дети мнут мешочки в руках, переключаются на другую деятельность, уходя таким образом от негативного состояния.

### ***«Рваная бумага»***

Цель: снятие психо-эмоционального напряжения.

Инструкция: дети разрывают на мелкие кусочки бумагу (старые газеты, другую ненужную бумагу), складывают все это в большую кучу. Потом можно этой бумагой посыпать друг друга, подбрасывать ее вверх. Предварительно нужно договориться с детьми, что после разбрасывания все вместе будем собирать кусочки бумаги и мыть руки.

### ***«Тесто»***

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: манипуляции с тестом отлично снимают психоэмоциональное напряжение, развивают моторику. Дети просто мнут его в руках, месят, по

желанию могут лепить из него различные фигурки. Дети могут играть с тестом в уголке уединения, вдвоем или поодиночке.

Рецепт приготовления теста: 2 стакана муки, 1 стакан соли, 1 стакан подкрашенной пищевым красителем воды, 2 столовые ложки растительного масла. Такое тесто можно долгое время хранить в холодильнике в полиэтиленовом пакете. Если оно подсохнет, нужно добавить немного воды и хорошо его размять.