

## Консультация для педагогов «Адаптация»

**Адаптация** – это привыкание к новой обстановке. У маленьких детишек такой процесс протекает довольно болезненно, потому что они пока не умеют управлять собственными эмоциями или, например, подстраивать обстоятельства под свою зону комфорта. Когда ребенок впервые попадает в стены детского сада, он не знает, как реагировать на все вокруг и постоянно находится в нервно-психическом напряжении, легком стрессе – особенно первую неделю. Очень ярко проявляется страх – малышу некомфортно в новой обстановке с кучей незнакомых детей. Усугубляет ситуацию незнание новых правил и форм поведения – появляется боязнь сделать что-то не так. Самое тяжелое в посещении детского сада – это расставание с мамой. Ребенок очень хорошо чувствует чужие эмоции и еще больше расстроится, если увидит мамину неуверенность и тревогу.

Дети с ограниченными возможностями здоровья - это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. Успешная адаптация детей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) позволяет этой категории детей быстрее приспособиться к нормальной жизни, восстановить их социальную ценность и усилить гуманные тенденции в обществе. Достигнув возраста 3-4 лет, ребёнок попадает в совершенно новую для себя среду – дошкольное учреждение. Начало посещения детского сада требует от малыша приспособления к новой социальной среде, налаживания контактов со взрослыми и сверстниками, имеющими свои особенности, развития гибкости поведения и адаптивных механизмов. Режим дня, требования и обязанности становятся для ребенка неожиданностью, вгоняя его тем самым в стрессовое состояние. Отсутствие предварительной подготовки, направленной на социальную адаптацию детей дошкольного возраста, может привести к таким невротическим реакциям, как: нарушение эмоционального состояния; ухудшение сна и аппетита; развитие страха перед дошкольным учреждением; Повышение заболеваемости. Затрудняет социальную адаптацию детей к дошкольному учреждению наличие таких факторов, как: эмоциональная неадекватность; социальная некомпетентность; несоциализированная агрессия; слабо развитые навыки поведения в незнакомых ситуациях; сопротивление ребенка учебному и воспитательному процессам; отсутствие опыта общения со сверстниками и взрослыми. Для облегчения социальной адаптации детей родители должны с ранних лет учить малышей искусству общения со сверстниками и взрослыми, придерживаться правильного режима дня. С самого младшего возраста ребенка необходимо поощрять его самостоятельность, тогда он будет расти здоровой и полноценной личностью. Адаптироваться к детскому саду ребенку помогает воспитатель, который должен заранее изучить особенности своего нового подопечного и, согласовав свои действия с родителями ребенка, подобрать к нему индивидуальный подход. Благожелательная и уютная атмосфера, создаваемая воспитателями в группах, является тем необходимым условием, которое помогает

детям легко адаптироваться к новому месту. В целом, социальная адаптация является сложным процессом, как для здорового ребенка, так и для детей с ограниченными возможностями здоровья. Работники дошкольных учреждений, семьи и общество в целом должны предпринимать все необходимые меры, позволяющие любому ребенку войти в социум и стать его полноценным участником.

Важно помнить, что дети с ограниченными возможностями здоровья могут иметь разные по характеру и степени выраженности нарушения в физическом и психическом развитии, требующих адаптированной к их возможностям индивидуальной программы обучения.

Адаптация детей подразумевает не только приспособление, но и создание условий для последующего развития. Адаптировать ребёнка – это приспособить его к развитию, позволяющее в нужной степени соответствовать требованиям и нормам в современном социуме. Поэтому педагоги, адаптируя ребёнка, должны помнить о создании условий для последующего его развития изменяющимся внешним условиям, направленным на успешную адаптацию в современном социуме.

Адаптация детей с ВОЗ решает следующие задачи:

- обучение детей с ограниченными возможностями социальным навыкам;
- формирование толерантного отношения к детям с ограниченными возможностями;
- снижение уровня тревожности детей с особенностями в развитии;
- формирование осознания собственных эмоций и бережное отношение к чувствам других людей.

Чтобы ребёнок быстрее и менее болезненно адаптировался важен режим, который ставит ребёнка перед необходимостью действовать как все дети. Воспитателю важно приобщить ребёнка к единому образу жизни, обстановке, порядку, а главное к новым людям - к сверстникам и взрослым. Важно разговаривайте с малышом не слишком громким, но уверенным тоном, доброжелательно озвучивая все происходящие действия.

Помогут следующие формы и способы адаптации:

- элементы телесной терапии (обнять, погладить);
- знакомство ребёнка с группой, с расположением и назначением комнат;
- знакомство с игровой и развивающей зоной;
- установление правил взаимоотношения со сверстниками;
- использование ритуалов: утреннее приветствие "радостных встреч", "Ладонь в ладонь";

- проведение совместных игр на сближение "Поезд", "Карусель", "Найди друга";
- создание игровых ситуаций "Покажем кукле, как правильно мыть ручки";
- уют в группе, разнообразие и правильное расположение игрушек помогают в налаживании дружеских отношений детей;
- поэтапное удлинение пребывания ребёнка в саду;
- необходимо сформировать чувство уверенности, осознания того, что в дет саду ребёнку будет интересно и хорошо, а воспитатель становится второй мамой, которой можно доверять;
- большое внимание уделено оздоровление и здоровье-сберегающему фактору (каждый день начинается с утренней гимнастики, чаще в стихотворной и игровой форме);
- очень важно каждодневное пребывание детей на свежем воздухе.
- большое внимание обучение детей культурно-гигиеническим навыкам.
- в режимных процессах важно использовать физкультминутки и упражнения на дыхания;
- значение полноценного отдыха ребёнка очень велико, и при плохом засыпании помогают «сонные» игрушки - которые живут только в спальне и очень хотят спать (им важно пожелать "спокойной ночи" и погладить);
- гимнастика пробуждения - в группе имеются дорожки, которые благоприятно влияют на кровообращение стопы детей.
- многообразие созданных игровых зон способствует познанию детьми целостности картины мира окружающего мира.

В первое время малыши испытывают эмоциональное напряжение, вызванное разлукой с близкими, сменой предметной среды, изменением распорядка дня и др. причинами. Многие из детей испытывают трудности в общении с незнакомыми взрослыми и сверстниками. Поэтому основными задачами воспитателей и их помощников в адаптационный период являются:

1. снятие эмоционального напряжения;
2. установление положительных эмоционально близких отношений с каждым ребенком.

Наилучшим средством решения этих задач являются игры и игровые методы взаимодействия с детьми.

Игра имеет большое значение для развития детей , а подвижная игра помогает раскрепощению, объединяет детей, приучает у организованности, посредством

выполнения правил, что способствует и развитию умственных способностей, у детей включаются в работу познавательные процессы. При проведении занятий ручным трудом создаются благоприятные условия для разрешения проблем личностного развития детей, развивается мелкая моторика, эмоциональная сфера ребёнка, снижается уровень тревожности, развивается пространственное мышление, формируется инициатива, умственная активность, самостоятельность, любознательность. Благодаря занятиям с бумагой, пластилином, кусочками ткани, краской решаются след задачи:

- развитие и коррекция основных видов движения;
- совершенствование психомоторики;
- развитие способности ориентироваться в пространстве;
- развитие воображение, детской фантазии;
- снятию мышечного и эмоционального напряжения.

Известно, что лучшее лекарство от стресса - смех. Существует даже термин «смехотерапия». Нужно создавать такие ситуации, чтобы в момент адаптации ребенок находился в эмоционально повышенном состоянии, чаще смеялся. Для этого используются игры – забавы: мыльные пузыри, ловля солнечных зайчиков, заводные игрушки, дергунчики, музыкальные игрушки (колокольчики, барабаны, свистульки, трещетки). Малыши очень любят двигательные игрушки каталки, тележки, машинки. Они могут отвлечь их от переживаний на некоторое время.

Доказано, что монотонные движения руками или сгибание кистей рук затормаживают отрицательные эмоции. Поэтому есть смысл предложить ребенку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики («бусы»), колесики от пирамидок, соединять детали крупного конструктора типа «Лего», играть резиновыми игрушками-пищалками. Можно покачать ребенка на лошадке, в кресле-качалке, на качелях, в детском гамачке, если таковые имеются в группе.

Хороший эффект дают игры с водой. Хорошо иметь мини-бассейн, ванночку, таз для воды. Не бойтесь, что ребенок намочит одежду, это можно предусмотреть. В конце концов, просто переодеть его. Дайте малышу пластмассовые бутылочки, баночки и пусть он переливает воду. Это очень успокаивает. Можно пускать кораблики, ловить резиновых или пластмассовых рыбок. Несложно изготовить, например такую игрушку: налейте в небольшую пластмассовую бутылку воды (её можно слегка подкрасить), опустите туда пипетку и плотно закрутите крышечку на бутылке. На середину бутылки наклейте полоску цветной бумаги и покажите, как можно удерживать пипетку возле метки. Уверяем вас, что ребенок надолго займется такой игрушкой.

Релаксационный эффект дают игры с песком. В теплую погоду их лучше устраивать на участке в песочнице. Причем хорошо, если есть возможность играть и с сухим, и с влажным песком. Сухой песок теплый, ласкает руки, снимая напряжение. Можно предложить ребенку отыскивать, спрятанные предметы и игрушки. Из влажного песка хорошо лепить куличики, домики для зверушек, рисовать палочками. Хорошо если маленькая песочница имеется в группе. Её роль может выполнять ящик или ванночка с песком. Песок, в крайнем случае, можно заменить крупой.

Успокоить плачущего ребенка, развеселить его, наладить с ним доверительные отношения, помогут игры с телесным взаимодействием. Важно, чтобы ваши руки при этом были теплыми, нежными, движения не резкими, речь эмоциональная.

В период адаптации широко используется пальчиковые игры. Дети очень любят игры с пальчиками. Их забавляет, что пальчики могут превращаться то в человечков, то в животных, то в домик. Эти игры так же помогают наладить контакт.

Создать хорошее настроение, заинтересовать детей помогут игры- инсценировки, имитационные игры. В группу приглашаются необычные гости- зайчики, клоуны, герои мультфильмов. В их роли могут быть как взрослые, так и старшие дошкольники. Они могут принести какой-нибудь подарок (фантики, погремушки), поиграть с детьми, развеселить, спеть песенку, разыграть какую-нибудь сценку. Хорошо использовать куклы би-ба-бо, настольный, пальчиковый театр. Маленькие дети сами любят «превращаться» в зайчиков, котят, цыплят. Поэтому следует чаще использовать имитационные игры: такие, как «Зайка Серенький», «Курочка и цыплята», «Прятки» (где же ребятки?) игровые ситуации: «Попрыгаем как зайки», «Полетаем как воробушки».т, близкие отношения с ребенком. Можно просто «одушевлять» бытовые предметы, придумывать истории, применять потешки.

Так дети с большим удовольствием будут обедать, если вы расскажите им такую, например, историю: «Пока мы с вами гуляли, прибежали зайчики и принесли вкусные подарки - капусту и морковку. Где же подарки от зайчат? Да вот они, в шах! И капуста тут, и морковка. А как вкусно пахнут щи. Мы сейчас щи съедим и зайчат поблагодарим.

Знакомя малышей с окружающей средой, обучая навыкам самостоятельности, взрослый может рассказывать различные занимательные истории, например, о грязных ладошках, о водичке, которая течет из речки и попадает в кран. Раздеваясь или одеваясь на прогулку, умываясь, дети могут «учить» этим куклу- неумейку.

Часто дети отказываются спать, ложиться в незнакомую кроватку, оставлять вещи «чужом шкафике». Хорошо, если в кроватке его будет ждать игрушка (лучше мягкая), мишка или зайчик, которые никак не могут уснуть без Саши и Ани, а в шкафике для одежды вдруг окажется маленькая машинка (самолет, куколка), которая

«проезжала мимо сегодня утром». Игрушку заранее по просьбе воспитателя приносят родители из дома.

Сделать режимные моменты интересными помогут народные потешки. Можно применять их в самых различных ситуациях. Ребенок просыпается, встает, умывается. Воспитатель читает: «Водичка, водичка, умой мое личико...» или «Ой лады, лады, лады, не боимся мы воды», «Кран откройся, нос умойся». Во время завтрака: «Сорока-белобока», «Идет коза рогатая». При расчесывании: «Расти коса до пояса». Хорошо подобранная, выразительно произнесенная потешка помогает воспитателю установить контакт с ребенком. Обращение к устному народному творчеству, авторским стихотворением детских писателей, должно быть постоянным в общении с малышами: шутки прибаутки, уговорухи, дразнилки, сказки.

Проведения игр в адаптационный период требует от взрослого четкого выполнения следующих правил.

**Правило 1.** Это первое и самое важное правило - добровольное участие в игре. Если ребенок противится, не идет играть, не настаивайте. Заставляя, мы можем вызвать у малыша чувство протеста, негативизма. Напротив, увидев как играют другие дети, увлекшись, ребенок сам включается в игру.

**Правило 2.** 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 самой игрой. В то же время взрослый организывает и направляет игру. То есть, второе правило заключается в том, что взрослые совмещает две роли - участника и организатора. Причем совмещать эти роли взрослый должен и в дальнейшем.

**Правило 3.** Многократное повторения игр, которые являются необходимым условиям развивающего эффекта. Воспитанники по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Систематически участвуя в той или иной игре, дети начинают понимать ее содержание, лучше выполнять условия.

**Правило 4.** Все игрушки, размещаемые в группе должны быть доступные детям. Недоступность делает среду обитания враждебной ребятам. Исключения составленной игрушки, используемые в качестве сюрпризов (мыльные пузыри, зеркальца для пускания солнечных зайчиков, куклы «приходящие» в гости и др.) Такой материал не следует превращать в обычный, всегда доступный. Хорошо, если он хранится в другом помещении и его приносят то Петрушка, то Карлсон, желающие поиграть с детьми.

И следует отметить, что главное условие успешной адаптации - согласованность действий родителей воспитателей. Родители должны прислушиваться к советам

педагога, принимать к сведению его консультации. Если ребёнок видит хорошее, доброжелательное отношение между родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке. Адаптационный период считается законченным, если ребёнок легко расстается с родителями утром, с аппетитом ест, быстро засыпает, просыпается в бодром настроении, играет со сверстниками, знает режимные правила. Длительность адаптации зависят от уровня развития ребенка.

### **Игры с телесным взаимодействием.**

Мы поскачем, скачем, скачем

Скачем на лошадке

Мы совсем уже не плачем

Все у нас в порядке.

*Взрослый сажает малыша к себе на колени и имитирует скачущую лошадку.*

Еду к бабе, еду к деду

На лошадке в красной шапке.

По ровной дорожке,

На одной ножке.

В старом лопаточке.

По рытвинам, по кочкам.

Все прямо и прямо

А потом вдруг в ямку - бух!

Провалился петух.

*Выполняются движения, соответствующие тексту.*

### **Качели**

Ой - да

Ой - да

Ой - да, ух!

Аж захватывает дух!

Вверх, вниз!

Вверх, вниз.

Прямо к облаку несись!

Вот сбежалась детвора

-Ты качался- нам пора

Ой - да! Ой - да!

Ой - да- Ой!

Стой!

*Взрослый садится на край кресла или стула, вытягивает ноги, сажает на них ребенка верхом, держа его за руки. Поднимает- опускает ноги, имитируя качели.*

**Сорока- ворона** (известная народная игра).

Сорока- ворона,

Кашу варила

Кашу варила

Деток кормила.

Этому дала

Этому дала

Этому дала

Этому дала

А этому- не дала.

Ты в лес не ходил,

Ты дрова не рубил,

Ты печь не топил,

Ты воду не носил,

Ты тесто не месил.

Ничего тебе не будет.

*Взрослый держит руки ребенка в своих руках*

**Уговорушки.**

Бедный Федотка – сиротка.

Плачет несчастный Федотка:

Нет у него никого,

Кто пожалел бы его

Только Оля, да Саша, да Маша.

Только Дима, да Коля... *(Перечисляются имена всех детей).*

*(К. Чуковский)*

Ой, деточка, не плачь, куплю тебе калач

Ой, деточка, не реви, куплю тебе сухари.

*(Народная потешка)*

**Случится же такое!**

Случится же такое!

Глазам своим не верю:

Бегут две горьких речки

И будят весь наш дом!

А впрочем, вот послушай:

Однажды в Горькой речке

Козленок искупался

И стал таким соленым!

И горьким стал таким,

Что до сих пор козленка,

Который искупался

Однажды в Горькой речке,

Нельзя поцеловать.



### **Левушка**

Левушка? Не Левушка...  
Ревушка? Не ревушка...  
Так откуда «Уу-уу!!»  
Раздается - не пойму.  
Нету ревушек у нас,  
Кто ж тут плачет целый час?  
Чей тут мокрый кулачек?  
Ой, размокнет мужичок.  
Не размокнет, чики-чок!  
Посмотрите в кулачок  
Лева слезки прячет-  
Больше он не плачет!

### **Горошенки – непрошенки**

Го-ро-шинки,  
Не-про-шенки,  
Откуда вы взялись?  
Трамваем или поездом  
До Насти добрались?  
Не-е-ет,  
Портить настроение  
Никто вас не просил!  
А может мы не плакали,  
А дождик моросил?

### **Абри - Фини, мокрый нос!**

Абри-фини, абри-кос!  
Едут слезы без колес!  
Едут, едут, ка-тят-ся!  
Капают на платице!  
Плачут щечки, плачет нос:  
«Нам не дали Аа-бри-кооос!  
Ну подумаешь - не дали  
Абри-фини, абри-кос!  
Но зато - по-це-ло-вали  
В самый мокрый в мире нос!  
Чмок!!!

### **Хнычу-плачу**

А у нашего Петра  
Настроенья нет с утра!  
Хнычу-плачу, хнычу-плачу,  
Не помогут доктора!  
Ну а если доктор – Дынька?  
Доктор Персик? Виноград?

Пусть приходят, прилетают!  
И домой, и в детский сад!

**Был у кошки день рожденья**  
Представляешь? В воскресенье  
Был у Кошки день рожденья!  
Кошка хвостиком играла-  
Веселилась, хохотала!  
Мячик по полу катала-  
Веселилась, хохотала!  
И по комнате скакала-  
Веселилась, хохотала!  
А потом устала Кошка,  
И поплакала немножко: мяу!

**Кто тут плачет?**  
Кто тут плачет,  
Ой-ей-ей!  
Говорят, сынишка мой?  
Нет, не плачет мой сынок,  
Зря вы говорите!  
Улыбается уже –  
Посмотрите!

**Послушай, что тебе скажу**  
Послушай, что тебе скажу:  
Давай не будем плакать!  
А то услышит наш сосед,  
Сосед, которому сто лет, -  
И нам подарит лапоть!  
Куда мы в нем с тобой пойдем?  
Разок шагнем и упадем.

**Стишки и потешки для сопровождения режимных моментов.**

**При умывании.**  
Ой, лады, лады, лады!  
Не боимся мы воды!  
Моем ручки дружно,  
Смыть нам грязь нужно.  
Сухо вытираем,  
Чистыми оставляем!

Водичка, водичка,  
Умое мое личико!  
Чтобы глазки блестели,  
Чтобы щечки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб кусался зубок (звенел голосок).

Кран откройся!  
Нос умойся!  
Мойтесь сразу оба глаза.  
Шейка тоже умывайся!  
Грязь сдавайся!  
Грязь смывайся!

### **Куда пошли колготки?**

В деревню Потеряево  
Пошли гулять колготки.  
Пошли и потерялись там,  
Ах, бедные сиротки!  
Сидят они под кустиком,  
Не плачут, а ревут!  
Хозяюшку, хозяйюшку,  
Хозяюшку зовут.  
И вспомнила хозяйюшка,  
Где вечером была!  
Сходила в Потеряево,  
Колготочки нашла.

### **А куда поедем днем, перед сном**

Со станции Топтушкино,  
До станции Кровать  
Скорей добраться нужно нам!  
И – чуточку поспать!  
На станции Вставайкино  
Проснешься – выйдешь сам!  
И побежишь в Играйкино,  
К друзьям и чудесам!  
Ну а пока приехали  
На станцию кровать!  
На этой сонной станции  
Так сладко засыпать...

### **Где ты, дедушка Молчок?**

Чики-чики, чики-чок,  
Где ты, дедушка Молчок?  
Заходи к нам, посидим,  
Помолчим...  
Слышишь, добрый старичок?  
Тишина! Пришел Молчок!  
Не спугни его, смотри,  
Ничего не говори.

## **Игры, направленные на сближение детей друг с другом.**

### **Давай познакомимся!**

Дети с воспитателем становятся в круг. Для этой игры лучше использовать надувной мяч. Во-первых, он обычно яркий, красочный, что, безусловно, привлекает малышей. Можно также использовать и раскрашенный воздушный шар, но здесь могут возникнуть сложности в его пересылке на дальние расстояния. Ведущий держит мяч, называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок ловит мяч, называет свое имя и имя следующего участника игры. Здесь важно участие воспитателя, т.к. дети быстрее запоминают его полное имя, и он может называть по имени тех детей, которых группа еще не запомнила.

Обычно малыши с удовольствием играют в эту игру, но ее можно разнообразить: например, вместо мяча передавать игрушку (самую красивую!) или предложить детям поприветствовать друг друга по имени. Вариантов может быть множество, придумывайте вместе с детьми!

### **Раздувайся, пузырь!**

Дети воспитателем делают тесный кружок – это «сдутый» пузырь. Все начинают его «надувать»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, составленные один под другим, как в дудочку. При каждом «вдувании» делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки, идут по кругу со словами:

Раздувайся, пузырь, раздувайся, большой,

Оставайся такой, да не лопайся!

Получается большой растянутый круг. Затем ведущий (сначала это воспитатель, а позже – кто-то из детей) говорит: «Хлоп!» – пузырь лопнул. Все должны расцепиться и сбежаться к центру круга (сдулся) или разбежаться по комнате (разлетелись пузырьки).

### **Лови-лови!**

Для проведения этой игры необходима палочка длиной 0,5-0,75 м с прикрепленной к ней лентой, оканчивающаяся легким мячиком (его можно сшить из кусочка яркой ткани, набив ватой или лоскутками). Все становятся в круг, ведущий с палочкой – в центре ( и опять, вначале это будет воспитатель, а потом, когда дети хорошо освоят эту игру, - ребенок). «Лови-лови!» – говорит ведущий, подходя то к одному, то к другому ребенку. Задача участников игры – схватить мяч, который почему-то все время подлетает вверх, заставляя детей тянуться, подпрыгивать.

Можно ловить мяч несколькими участниками одновременно. Воспитателю необходимо учитывать, что игра очень возбуждает детей, может вызвать излишний шум в группе. Ее лучше проводить на прогулке или после дневного сна, нельзя лишь запрещать детям веселиться от души, превращать игру в постоянные одергивания.

«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.

– Когда дети уже с удовольствием включались в игру, на остановках мы встречаем разных животных и имитируем их, или мы вместе с куклой и мишкой пляшем. Потом

садимся в поезд и отправляемся в детский сад. Приведенная игра одобряет робкого и развеселит плачущего, вновь пришедшего ребенка. А так же успокаивает слишком расшалившегося ребенка.

Малышей сделают друзьями игры, где дети действуют одновременно и одинаково, соблюдая простые и понятные для них правила. Это самый верный путь показать детям, что играть вместе весело и интересно. Здесь малыши удовлетворяют потребности в движении, в общении и в образном поэтическом слове. По сути игры просты и доступны детям раннего возраста. Важно, чтобы ведущий мог организовать, увлечь, эмоционально заразить весельем вновь пришедших детей. Не беда, если не все дети сразу включаются в процесс, как показывает практика, очень скоро все занимаются с интересом без исключения.

Варианты остановок "мишка"

Миша по лесу гулял,

Миша деточек искал,

Долго, долго он искал,

Сел на травку задремал.

Стали деточки плясать,

Стали ножками стучать,

Мишка, Мишенька, вставай,

Наших деток догоняй. (Медведь просыпается и начинает догонять детей)

Потом садимся в поезд и отправляемся дальше в путь «Поехали»...

«Стоп остановка Игровая»

Воспитатель выносит мешочек, а в мешочке мыльные пузыри

-Давайте мы с вами представим что мы мыльные пузыри.

Пузыри надуваются ( руки прямые вытянуты перед собой и в стороны ,вот какие большие пузыри надулись)

Из пузырей выходит воздух (присели),

Пузыри опять надуваются (встали),

И пузыри полетели по площадке (бег по кругу)

Пузыри сели (плавно присели).

А дальше ребята мы с вами садимся в поезд и отправляемся...