**Развитие двигательной активности у малышей в период адаптации**

*Подготовила: воспитатель Кирьянова Е.Н.*

*МБДОУ «Детский сад № 35»*

*г. Саров, Нижегородская область*

Привыкание малыша к детскому саду – процесс непростой, поскольку адаптивные возможности детского организма ограничены. Помочь ребенку в этот период должны близкие ему люди (родители, педагоги). Чтобы снизить напряжение, необходимо переключать внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие.

Для детей раннего возраста - это движение. Детям 2г.ж. свойственна частая смена поз и движений (от 500 до 1000 в день). Известно, что дети, которые постоянно находятся в движении, меньше болеют и подвергаются различным заболеваниям, крепко спят, быстрее развиваются физически.

Во ФГОС ДО особое значение придаётся охране и укреплению физического и психического здоровья детей, их эмоциональному благополучию (п.1.6). Поэтому мы сделали акцент на развитии двигательной активности ребенка в период адаптации. Чтобы малыши не просто меняли позы, а разнообразно двигались. Заметили, что на фоне таких совместных двигательных действий и возникает эмоциональное общение педагога и ребенка, сопровождаемое улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Инициатором двигательных игр и разнообразных движений на первых порах выступали, мы - воспитатели, так как малыши в период адаптации любят, чтобы их подержали на ручках, на коленях, прижали, приласкали, погладили.

В таких совместных играх дети видели в нас доброго, заботливого, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре.

Малыши легче всего начинали играть в пальчиковые игры. Сначала протягивали ладошку и пекли вместе «оладушки», кормили «сороку», «ходили в лес за грибами». За одно, развивали мелкую моторику рук.

Предлагали детям разнообразные каталки-двигатели, машинки, коляски: погуляем с куклой, отвези кубики, прокати мишку, зайку на машине и т.д.

Заметили, что дети очень любят короткие песенки, поэтому стали использовать разнообразные народные игры «Карусель», «Лошадки».

Малыши любят подражать, поэтому использовали игры-имитации: как мишка, как зайка, как петушок и т.д.

Хорошо себя зарекомендовали игры на развитие крупной моторики «Мишка-косолапый», ходьба по разным видам корригирующих дорожек, помашем руками как птички, прокати мяч и т.д.

Отметили, что малыши с удовольствием переключаются на простые подвижные игры «Курочка и цыплята», «Бегите ко мне», «Собери мячи», «Где звенит», которые также способствовали развитию двигательной активности детей. В подвижных играх с сюжетом, использовали маски и нагрудные медальоны: воспитатель «курочка», дети «цыплятки», «мышка» и «мышата» и т.д.

Большое место в развитии движений занимает совместная со взрослым деятельность. Именно взрослый учить детей выполнении разнообразных движений (ходьбе, лазанию, пролезанию, перешагиванию, бросанию и т.д.)

Очень полюбилась детям горка, которая снимает и эмоциональное напряжение и в тоже время развивает у детей разнообразные двигательные умения. Массу удовольствий приносит детям многократный подъем и стремительный спуск.

Большой эмоциональный подъем дети испытывают при разнообразных играх – забавах, таких как «Мыльные пузыри», малыши не могут устоять на месте и тем самым совершают разнообразные движения: наклоняются, поднимают руки вверх, стараются подпрыгнуть и т.д.

Мы, воспитатели постоянно обращали внимание детей на атрибуты в уголке физического развития. Учили ребят использовать их. Например, попади мешочком в обруч, помогли петушку перенести сумочки, попробуй вместе с Мишкой перешагивать через воротики, проползи в воротики, чтобы подружиться с куклой или неваляшкой.

Научившись играть с воспитателем, ребята начали пробовать самостоятельно использовать пособия физкультурного уголка. Разнообразные физкультурные пособия делают двигательную деятельность детей интереснее. Наиболее доступны малышам: мяч, обруч, флажок, скакалка, мешочек, сумочка-утяжелитель. Обруч превращается в домик, скакалка в микрофон или удочку, мешочек в камушек и т.д. Конечно, пока действия с этими предметами элементарны и непродолжительны, но, тем не менее, отвлекают малыша от воспоминай о родных, и успокаивают его.

Большая работа была организована с родителями воспитанников. На родительском собрании «Давайте, познакомимся» использовали современные интерактивные игры, делая родителей не пассивными слушателями, а активными участниками совместной деятельности. Также была предложена информационная составляющая, через родительский уголок в форме папок – передвижек, тематических выставок и консультаций. Данная работа принесла позитивные результаты:

* Малыши легче расстаются с родителями;
* Охотнее идут в группу;
* Меньше капризничают;
* Легче идут на контакт со взрослыми;
* Активно включаются в совместную со взрослым двигательную деятельность;
* В течение дня могут занять себя разнообразной двигательной деятельностью, используя атрибуты физкультурного уголка;
* Период адаптации проходит значительно легче (в основном легкая степень адаптации у малышей).