Второй месяц адаптации: игры — лучшая поддержка для малыша!

К этому времени новизна сада немного утихает, но тревога ещё может давать о себе знать: ребёнок капризничает, плачет из-за мелочей или к вечеру «разряжается» после целого дня новых впечатлений. Это нормально — нервная система продолжает привыкать.

Игры помогают малышу чувствовать себя спокойнее:

✅ создают понятную и предсказуемую рутину;

✅ дают безопасный способ прожить эмоции (поругаться с мишкой, поплакать за куклу);

✅ укрепляют доверие к воспитателю;

✅ помогают осваивать правила через сюжет, а не через запреты.

Вот простые игры, которые особенно полезны сейчас:

🧸 «Домик» из пледа — место, где ребёнок сам решает, когда спрятаться и побыть в тишине.

💧 Игры с водой и крупами — переливание и пересыпание здорово успокаивают.

🎭 Мини-сценки с игрушками: «Мишка идёт в садик», «Зайка прощается с мамой» — так малыш проигрывает волнующие ситуации.

🔍 «Найди такой же» — сортировка по цвету или форме упорядочивает и снижает возбуждение.

Дома тоже поддержите через игру: выбирайте спокойные сюжеты без соревновательного азарта — например, «построй дорогу», «накорми игрушку», «уложи спать».

Помните: адаптация — это не про скорость. Главное, чтобы ребёнок постепенно поверил: в саду безопасно, а если станет грустно — рядом есть взрослый, который поможет.



Информацию подготовила:

воспитатель Спиридонова Я. Р.