



Муниципальное казённое учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Краснодарский научно-методический центр»



Сборник сценариев

«Адаптация детей раннего возраста к условиям
дошкольной образовательной организации»
(методическая пособие)

Отдел анализа и поддержки
дошкольного образования

Краснодар
2024

Под редакцией Сологубовой Натальи Вячеславовны - начальника отдела анализа и поддержки дошкольного образования Краснодарского научно-методического центра, Тупиха Виктории Викторовны, ведущего специалиста отдела анализа и поддержки дошкольного образования Краснодарского научно-методического центра.

Авторы практических материалов:

Пирогова Елена Сергеевна, старший воспитатель МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 36»,

Часовская Наталия Васильевна, педагог-психолог МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 36».

Содержание

1.	Введение	4
2.	Возрастные особенности детей раннего возраста	4
3.	Модель организации адаптационного периода в группе раннего возраста	5
4.	Алгоритм прохождения адаптации	9
5.	Работа педагога в период адаптации детей к ДОО	11
6.	Адаптация родителей к ДОО	14
7.	Документация воспитателя группы раннего возраста	18
8.	Перспективный план работы с родителями	26
9.	Консультации для родителей группы раннего возраста	28
11.	Картотека игр в период адаптации к условиям ДОО	40
12.	Перечень литературы для чтения детям 2 – 3 лет	52
13.	Список литературы	53

1. Введение

Методическое пособие содержит теоретические аспекты, методические рекомендации и консультации для воспитателей, родителей в адаптационный период. Как и когда стоит знакомить ребенка с детским садом и воспитателями? Как подготовить самих родителей к адаптации в ДОО? Как избежать детских истерик и манипуляций? Как помочь ребенку в период адаптации? Ответы на все эти вопросы даны в данном методическом пособии. В нём представлены игры в период адаптации, алгоритм прохождения адаптации, примерный график приёма детей в группу, перспективный план работы с родителями, советы и памятки в помощь родителям в период адаптации ребенка к условиям детского сада.

Так же в пособии родители могут найти игры, потешки, которые используют воспитатели с детьми, тем самым облегчая малышу расставания с мамой. Родители могут использовать данный предложенный материал дома, помогая сблизить воспитателя и ребенка через фольклор, тем самым развивая устную речь, фантазию, духовность и нравственные качества малыша.

Пособие поможет родителям правильно и планомерно организовать ребенку первое знакомство с детским садом, даст необходимые рекомендации и обеспечит благополучный ход адаптационного процесса:

Данное пособие поможет воспитателям и родителям правильно организовать среду для ребёнка, тем самым помогая ему приспособиться, адаптироваться к новой социальной среде, в частности к детскому саду.

От того, как пройдет привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависит дальнейшее психоэмоциональное развитие малыша и благополучное пребывание в детском саду и в семье.

2. Возрастные особенности детей раннего возраста



3. Модель организации адаптационного периода в группе раннего возраста

Модель организации деятельности ДОО в адаптационный период составлена на основе актуальных базовых потребностей ребенка 2-3 лет:

1. Потребность ребенка в любви, признании.
2. Потребность ребенка во впечатлениях, познавательную потребность.
3. Потребность ребенка в активности (физической, психической).
4. Потребность ребенка во взаимодействии, в общении с другими.
5. Потребность ребенка в самореализации, самопрезентации.

Цель: создание оптимальных (от лат. *optimus* — наилучшее) условий для успешной адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

Задачи:

1. Организовать образовательную среду, обеспечивающую ребенку физический и психологический комфорт для облегчения периода адаптации к условиям ДОО.

2. Организовать процесс сопровождения — организационного, психолого-педагогического.

3. Создать благоприятные (психологически комфортных и безопасных) условия среды.

4. Организовать формы взаимодействия с родителями.

Изменяющиеся условия жизни ребенка требуют грамотного процесса сопровождения — организационного, психолого-педагогического.

Исходя из результатов научных изысканий в области возрастной психологии, мы знаем, что период младенчества и раннего детства является наиболее гибким в смысле приспособления организма к изменяющимся условиям жизни. Многие дисфункции организма могут быть компенсированы или замещены.

Создание благоприятных (психологически комфортных и безопасных) условий среды позволяет ребенку наименее травматично адаптироваться к новым жизненным обстоятельствам. Базовые потребности ребенка и их поддержка.

Можно выделить несколько базовых потребностей любого ребенка, которые являются актуальными и в образовательном контексте: потребность в любви и принятии; потребность во впечатлениях, познавательная потребность; потребность в активности (физической, психической); потребность во взаимодействии, в общении с другими; потребность в самореализации, самопрезентации.

Потребность ребенка в любви, признании педагог может удовлетворять такими способами, как:

- обращение по имени;
- прямой открытый взгляд;
- чередование мимических выражений: доброжелательное, спокойное выражение лица в обычном режиме общения, приветливое — при приближении к ребенку; задумчивое выражение, выражение недоумения (в случае его «неправильного» поведения);

- чередование обращений от уменьшительно-ласкательного до нейтрально-делового — в зависимости от того, какую позицию ребенка педагог хочет подчеркнуть, актуализировать в данный момент общения;

- вариации интонаций с целью обращения внимания на разные моменты: обращение личностное — мягкая, доброжелательная интонация; обсуждение дела — спокойный деловой тон;

- необходимость сделать замечание — строгий, но не жесткий тон с переходом на спокойное обсуждение варианта правильного действия;

- использование мягких жестов, открытых, поддерживающих, поглаживающих.

Потребность ребенка во впечатлениях, познавательную потребность педагог может удовлетворять такими способами, как:

- показ модели, техники выполнения чего-либо с использованием деловой спокойной интонации;

- применение эмоциональной паузы

- создание интриги при предъявлении чего-либо интересного для ребенка;

- проведение спокойной беседы по интересующей ребенка теме;

- осуществление эмоционально насыщенного контакта;

- проявление сопереживания, сорадования по поводу предмета интереса ребенка.

Потребность ребенка в активности (физической, психической) педагог может удовлетворять такими способами, как:

- использование побуждающих слов, действий;

- разумное использование слов, действий-ограничителей;

- создание условий для движений, двигательной активности в разных помещениях;

- чередование состояний покоя и активности, использование физических разминок, игровых двигательных сюжетов;

- использование предметов, материалов, имеющих эффект новизны для ребенка; использование способов обновления уже известных материалов (представление их в новом формате, в другом виде деятельности, с другим партнером, с изменением инструкции, заданий и пр.).

Потребность ребенка во взаимодействии, в общении с другими педагог может удовлетворять такими способами, как:

- использование приглашающих, открытых жестов, поз, вариаций голоса;
- наличие свободного пространства между педагогом и ребенком;
- реагирование поворотом головы, туловища в сторону ребенка при его обращении, приближении;
- создание обстоятельств общения (например, положить игрушку, пособие, книгу в кабинку ребенка, чтобы он обратился с вопросом к педагогу по этому поводу и т. п.).

Потребности ребенка в самореализации, самопрезентации педагог может удовлетворять такими способами, как:

- создание ситуаций для проявления ребенком своих умений (ситуаций успеха);
- использование открытых, побуждающих слов, жестов, интонаций, движений;
- создание «кризисов компетенций» (затруднительных, проблемных ситуаций для того, чтобы ребенок смог проявить свои знания, умения, владение способами действий, коммуникации);
- создание «мест личного присутствия» (М. Хайдеггер) ребенка (например, наличие свободной полки, коробки в тематическом уголке (минимузее), чтобы ребенок смог разместить там свои материалы, игрушки, фотоальбом, рисунки, поделки и т. п.);
- изменение позиций ребенка (использование разных предложений для ребенка в одном виде деятельности и чередование таких позиций, как игрок — ведущий, пользователь — помощник, наблюдатель — активный исполнитель и т. п.).

Модель организации адаптационного периода периодизирована и представлена в соответствии с этапами адаптационного периода.

1 этап - подготовительный.

Его следует начинать за 1 - 2 месяца до приёма ребёнка в детский сад. Задача этого этапа - сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщается к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, приучить есть всевозможные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и многое другое. Так же необходимо обратить внимание на навыки самообслуживания и самостоятельности. Ребёнок умеющий есть, раздеваться, одеваться не будет

чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых. Так же стоит уделить внимание, как способ кормление и засыпания.

Доминирующей частью модели на 1 - 2 этапе является правильно организованная образовательная среда – специально организованная часть социокультурной среды, в которой достигаются цели и смыслы образования. Это целостная система, которая включает три взаимосвязанных компонента:

1. Субъективный – участники образовательных отношений.
2. Объективный – предметы в пространстве.
3. Деятельностный – «ансамбль деятельностей» и культурных практик.

Образовательное пространство призвано стимулировать моторную, познавательную и творческую активность ребенка, способствовать коммуникативному развитию и накоплению социального опыта. Оно является местом, которое ребенок с первых дней пребывания воспринимает как комфортное, интересное для познания и практического освоения.

Создание развивающей предметно-пространственной среды – является важной задачей ДОО, обеспечивающей творческую деятельность каждого ребенка, позволяющей ему проявить собственную индивидуальность и активность, чтобы наиболее успешно адаптироваться к детскому саду и максимально реализовать себя. Д. Дьюи: «В идеале, детский сад должен представлять для ребенка среду, в которой протекает естественная и реальная жизнь» Наполнение образовательного пространства в период адаптации.

От стабильности – к преобразованию.

2 этап - основной.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и постараться установить с воспитателем доброжелательные отношения.

Практические рекомендации педагогам и родителям для поддержки ребенка в период адаптации направлены на индивидуализацию образования и предполагает принятие педагогом индивидуальных особенностей каждого ребенка и создание адекватных условий для дальнейшего его развития. Понятие «индивидуальности» отождествляется с бережным отношением к уникальности каждого ребенка, его психическим благополучием, свободой, творчеством, самореализацией. Педагогическая поддержка определяется как содействие саморазвитию ребенка.

Ведение «Журнала по адаптации»

Ответы на вопросы: «В чем же состоят причины тяжелой адаптации к условиям детского сада?»

Ведение «Дневника адаптации»

План вхождения ребенка в группу детского сада

Результат Организация жизнедеятельности ребенка в группе.

Контроль за здоровьем детей и коррекция возникающих нарушений

Результативность модели можно считать по проявлению степени адаптационного периода

По тому, как дети приспосабливаются к садику, их можно разделить на три основные группы.

Легкая степень адаптации: к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт.

Средняя степень адаптации: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психическое развитие замедляется. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение этого периода.

4. Алгоритм прохождения адаптации

Первая неделя:

Ребенок находится в детском саду вместе с мамой 2-3 часа (9.00-11.00)

Цель:

- закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю;
- способствовать эмоциональному восприятию сверстников;
- подробно познакомить с расположением помещений в группе.

Вторая неделя:

Ребенок находится в детском саду 2-3 часа без мамы (9.00-11.00)

Цель:

- установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребенком (ребенок сам идет на руки, на колени, принимает ласку воспитателя, смело обращается за помощью);
- закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам, способствовать развитию игры «рядом»;
- побуждать к самостоятельным действиям в группе, закреплять умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку).

Третья неделя:

Посещение ребенком ДОО в первую половину дня (7.00-12.00). К концу недели ребенок по желанию остается на дневной сон.

Цель:

- приучать ребенка к приему пищи в ДОО (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);
- привлекать к совместным играм по типу «Шли, шли, что-то нашли...»;
- учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;
- формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

Четвертая неделя:

Ребенок посещает детский сад в течении всего дня.

Цель:

- организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт;
- развивать уверенность ребенка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу;
- развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей;
- подготовить ребенка к расширению круга общения с другими сотрудниками ДОО, со старшими детьми;
- поощрять культурно-гигиенические навыки.

Для успешной адаптации ребенка раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации, необходимо, прежде, всего, создать у него положительную установку, положительное впечатление о детском саде, чтобы он ходил туда с желанием. А это зависит в первую очередь от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Поэтому организация адаптационного периода начинается задолго до 1 сентября, а именно с профессионального отбора воспитателей, их психологического просвещения с помощью традиционных и активных методов обучения.

Примерный график приёма детей.

День недели	Лёгкая адаптация	Средняя адаптация	Тяжёлая адаптация
Понедельник	2 – 3 ребёнка	-	-
Вторник	В первую неделю можно принять до 3 детей	1 ребёнок	
Среда			1 ребёнок
Четверг		1 ребёнок	
Пятница			

Понедельник	1 ребёнок		
Вторник		1 ребёнок	
Среда	1		1 ребёнок
Четверг		1 ребёнок	
Пятница	Новые дети не принимаются		
Понедельник	1 ребёнок		
Вторник		1 ребёнок	
Среда			1 ребёнок
Четверг		1 ребёнок	
Пятница	Новые дети не принимаются		
Понедельник	1 ребёнок		
Вторник		1 ребёнок	
Среда			1 ребёнок
Четверг		1 ребёнок	
Пятница	Новые дети не принимаются		

5. Работа педагога в период адаптации детей к ДОО

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей. Все привычки и особенности ребенка сразу выяснить сложно, но в ознакомительной беседе с родителями можно узнать, каковы характерные черты его поведения, интересы и склонности.

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку, так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамой.

Родители, отдавая ребенка в детский сад, испытывают тревогу за его судьбу. Чутко улавливая состояние и настроение своих близких, особенно мамы, ребенок тоже тревожится.

Задача воспитателя – успокоить, прежде всего, взрослых, пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть. Необходимо познакомить родителей с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

Большое значение имеет правильная организация игровой деятельности в адаптационный период, которая направлена на формирование эмоциональных контактов в начале «ребенок – взрослый», а после «ребенок – ребенок».

Основная задача игр в адаптационный период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения и т.д., например, «Пришел Петрушка», «Выдувание мыльных пузырьков», «Хоровод», «Догонялки», «Солнечные зайчики», и т.д.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно «пальчиковыми» играми.

Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений: «Кто в кулачке», «Игра с кистями рук» и т.д.

Такие игры, как «Книжка – угадай-ка», «Вместе с мишкой», «Чертим разные фигуры», «Игры с куклой» не только ободряют робкого и развеселят плачущего малыша, но и успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать условия для самостоятельных упражнений: предлагать малышам каталки, машинки, мячи.

Если дети не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры.

В значительной мере помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Безусловно, в проведении любого процесса главная роль принадлежит воспитателю. Создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми и детьми, он обеспечивает решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряет и облегчает протекание адаптационного процесса.

Исход адаптации.

Длительность адаптации зависит от индивидуальных особенностей каждого малыша, от правильного подхода взрослых к привыканию детей. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптация проходит сравнительно легко и быстро. Другой малыш медлителен, шум и громкие разговоры раздражают его, он не умеет сам есть, раздеваться. Такому ребенку необходим более длительный срок адаптации.

Очень важно организовать уход и воспитание за детьми таким образом, чтобы свести к минимуму адаптационный период — осложнение физического и психического состояния, суть которого, прежде всего в психологической природе и находится в сфере социальных отношений ребенка с окружающим миром. Это признают и медики, и педагоги, и психологи.

Адаптационный период считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими.
- Играет.

Вывод:

Адаптация – это процесс приспособления организма и психики к новым, непривычным, или постоянно меняющимся условиям. С научной точки зрения адаптация – это активный процесс изменений функций организма и психики применительно к окружающей среде. Если этих изменений недостаточно, и две среды – внутренняя и внешняя – остаются несбалансированными, т.е. адаптация неэффективна, то человек автоматически компенсирует дисбаланс тем или иным способом.

Главным педагогическим условием успешной адаптации ребенка к условиям воспитания в детском саду является единство требований к малышу в семье и детском саду.

6. Адаптация родителей к ДОО

Зачастую между родителями и воспитателем возникают конфликтные ситуации, что влечет за собой стрессовое отношение малыша к садику. Родители зачастую уверены в том, что садик научит их ребенка всему, а им ничего не нужно делать. Заставить родителей что-либо делать (участвовать в жизни садика, выставках, экскурсиях, семейных соревнованиях и т.п.) просто невозможно – родители глухи. Прожить с ребенком «детсадовские» годы им просто не под силу – у них нет времени.

Так же большую негативную роль играет «сарафанное радио». В наше время, в век высоких технологий, все общаются через интернет, да на улице часто разговаривают. Одной родительнице нравится воспитатель, а другой нет, и родителя, который только собирается с ребенком в садик, заранее могут настроить негативно.

На этой почве возникают конфликтные ситуации. Ребенок никак не может адаптироваться к детскому саду. У родителей, плохо знающих специфику работы воспитателя, его личные качества, особенности общения детей в группе, возникает предвзятое, негативное отношение, недоверие к сотрудникам детского сада: за ребенком не следят, воспитатели ничего не делают, дети предоставлены сами себе и т.п. А недоверие это усиливает чувство тревоги, ожидание неприятностей и родители начинают просто игнорировать мнение педагогов детского сада, отстаивая свою позицию.

Ребенок – это «губка». Чувствуя поведение родителей, их состояние, он начинает бессознательно подыгрывать им. У такого ребенка адаптационный период может длиться годами.

Чтобы таких ситуаций было меньше, родителей нужно полностью вовлечь в образовательный процесс. Работа непростая, но по-другому никак.

Вот некоторые советы в помощь родителям:

1. Родители, заранее гуляя с ребенком рядом с детским садом, должны рассказать, что это такое и зачем туда ходить.

2. Научиться радоваться вместе с ребенком, что он ходит или пойдет в детский сад.

3. Учить малыша знакомиться с детьми, не быть жадным, делиться, уметь меняться.

4. Необходимо родителю и ребенку создать свою систему прощальных знаков внимания – помахать ручкой, поцеловать, улыбнуться, пожелать доброго дня и т.п.

5. Родителю необходимо самому познакомиться с детьми в группе, выучить их имена. Называть их по имени в присутствии своего ребенка. Также родителю неплохо было бы познакомиться с родителями детей своей

группы (не для сплетней, конечно). Все это поможет ребенку быстрее привыкнуть к сверстникам.

6. Обязательно надо помнить, что пугать ребенка детским садиком нельзя. В присутствии ребенка необходимо избегать критических высказываний о детском учреждении и воспитателях.

7. Всегда поддерживайте ребенка, ведь вы стали видеться с ним гораздо меньше, чем раньше. Чаще общайтесь, обнимайтесь, гладьте по головке по сто раз на дню. Хвалите его даже за маленькие успехи, которые вам кажутся незначительными – ему это важно.

«Детский сад – это первый шаг в воспитании ребенка в обществе его общения с другими детьми и первые шаги для образования в школе» (В.В. Анотонова).

Многие родители торопятся оставить свое чадо на целый день, а о том, что будет потом, просто не задумываются. Вспомните, как нам бывает сложно, когда мы идем на новую работу, в новый коллектив. Боязнь, неуверенность и страх пусть на мгновение, но проходят через нас, а каково ребенку. Родители не хотят работать с детьми, им легче сказать: «Воспитатель грубый, злой, невнимателен к моему ребенку...», но это не так. Просто воспитателю необходимо время познакомиться с малышом, узнать его по ближе. Ребенок посмотрит, понаблюдает за воспитателем, детьми и сам начнет делать шаги на встречу. И родители тоже должны делать шаг вместе с ребенком. Идет время, и вместе с родителями ребенок привыкает, родитель тоже привыкает, играет с малышом, радуется с ним.

Да, работа воспитателя непроста! Если делать все с родителями, то все пройдет быстро и легко, слаженно и просто. Главное, найти взаимопонимание и точки интереса.

Правила адаптации для родителей

Не только милые крохи, но и их родители проходят свою адаптацию к детскому саду, в особенности это касается тех родителей, которые приводят в ясли своего первого ребенка. Итак, что же можно сделать, чтобы быстрее адаптироваться к посещению своим любимым малышом детского сада?

О воспитателях

Познакомьтесь с воспитателями и младшими воспитателями вашей группы, запомните их имена. Старайтесь общаться с ними как можно доброжелательнее, избегайте конфликтов по пустякам, иначе ваше раздражение по отношению к воспитателю может быть заимствовано ребенком и подорвать его доверие к женщине, которая отныне станет

проводить с вашим крохой большую часть дня, а это способно усугубить проявления адаптационного стресса у ребенка. Помните, что Вы и воспитатели вашей группы преследуете одну цель – помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду и сделать его нахождение там комфортным, приятным и полезным для его гармоничного развития и общения со сверстниками.

О контактах

Не злоупотребляйте телефонами детского сада. Звоните только по предварительной договоренности с воспитателем или в экстренном случае, например, в случае болезни ребенка. Убедитесь, что в распоряжении воспитателя группы есть список всех ваших телефонов (домашний, рабочий, мобильный, телефон мужа, бабушки и т. д.) на случай, если вы срочно понадобится. Если у вас возникнет необходимость задержаться с ребенком или уйти раньше обычного, предположим, для посещения врача, то заранее поставьте в известность об этом воспитателя группы.

Информация о ребенке

Расскажите воспитателю об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения, успокоения, внушения наиболее эффективны для вашего ребенка. Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте воспитателя в известность и убедитесь, что эта информация правильно и четко записана.

О детском гардеробе

Посоветуйтесь с воспитателем и родителями других детей. Использовать подгузники в детском саду не разрешено, так как в ясельной группе закрепляются навыки приучения к горшку. Поэтому одежда должна быть удобна для быстрого высаживания ребенка. На случай неизбежных в этот период казусов при приеме пищи или посещении туалета в шкафчике удобно иметь несколько комплектов одежды, нижнего белья, носочков и пустой пакет для грязной одежды. Слишком дорогая одежда, требующая особого ухода, может быстро прийти в негодность от столкновения с пластилином, красками или супом. Обувь лучше всего покупать с застежкой на «липучках», тогда ребенок быстро научится сам снимать и надевать ее. Девочкам с длинной челкой и волосами стоит закреплять волосы резинками,

заколками, чтобы они не мешали крохе, но прическа должна быть простой и удобной.

Не стесняйтесь задавать вопросы воспитателям и обсуждать с ними все волнующие вас моменты. И тогда детский сад станет для Вас и Вашего ребенка источником удовольствия и новых открытий!

Психологическая подготовка для мам

Многие родители в первые дни и даже недели с начала посещения детского сада своим ребенком испытывают тревогу за него. Чаще всего эта тревога бывает вызвана или тревогой за то, что его могут случайно обидеть другие дети или сотрудники сада, или же чаще за то, что ребенок будет до самого прихода мамы грустить, скучать, плакать и звать маму, как это часто происходит по утрам после прихода в детский сад.

К счастью, дети удивительно жизнерадостные существа, просто не умеющие долго грустить. Конечно, разлука с мамой вызывает протест и слезы, но спустя уже 5-10 минут после ухода мамы большинство малышей с интересом переключаются на игры с воспитателем и другими детьми, яркие книжки и забавные игрушки. Воспитатель к каждому малышу найдет свой подход, утешит, отвлечет от грустных мыслей и займет интересной для ребенка деятельностью. С каждым днем воспитатели и дети все больше узнают друг друга и легче находят общий язык. Несомненно, в течение дня малыш много раз вспоминает о маме, папе, доме. Плач одного ребенка с готовностью подхватят и многие другие малыши. Но со временем дети смогут входить в группу без слез и улыбаться на прощание маме, спеша к новым открытиям и друзьям.

Ваш малыш, кажущийся порой таким маленьким и беззащитным, вступает на новый этап своего взросления. Так поддержите его! Поверьте, в своего малыша, развивайте его самостоятельность и любознательность, отметите прочь все тревоги и, видя вашу уверенность, кроха тоже приобретет уверенность в себе и в том, что в детском саду его ждет много интересного.

Если Вас не оставляет чувство тревоги, поделитесь переживаниями с мужем, своими или его родителями, подругами и коллегами по работе. Вы услышите много утешительных историй про то, как дети привыкали к садiku и потом не хотели оттуда уходить. Вы с удивлением обнаружите, что по прошествии нескольких лет родители вообще с трудом вспоминают о трудностях первых дней посещения детского сада.

Если вы сами посещали садик, попытайтесь вспомнить свое детство — многие взрослые помнят только последние пару лет перед школой и их воспоминания включают только игры и утренники. Боль расставания с

родителями в памяти не сохраняется. Если вы помните какие-то отрицательные моменты, подумайте, как вы можете помочь своему ребенку с ними справиться, чего вы ожидали от своих родителей, когда были ребенком.

Обсудите волнующие вас моменты с воспитателем группы. Это поможет не только развеять ваши страхи, но и быстрее найти воспитателю правильный подход к вашему малышу.

Также вы всегда можете обратиться к педагогу-психологу детского сада для индивидуальной консультации по интересующим вас вопросам, связанным с адаптацией ребенка к детскому саду, детско-родительскими отношениями, эмоциональным и интеллектуальным развитием вашего ребенка, вопросам воспитания и многим другим.

7. Документация воспитателя группы раннего возраста

Воспитатель в детском саду – ключевая фигура. От его грамотности, компетенции, а главное, любви и веры в детей зависит весь микроклимат группы и состояние каждого ребенка в отдельности. Но работа воспитателя состоит не только в общении и воспитании детей. Как и любая другая должность, она предполагает определенные документы, планы, конспекты.

Варианты оформления документации по организации работы воспитателя и работы воспитателя с воспитанниками.

Перспективный и календарный планы.

Перспективный план составляется на год, а календарный план составляется на неделю или на каждый день.

Комплексно-тематическое планирование оно построено на тематическом принципе и позволяет воспитателю не только планомерно решать поставленные задачи и легко вводить региональные компоненты.

Календарный план воспитательно-образовательной работы. Для конкретизации и корректировки воспитательно-образовательной работы воспитатель использует в работе календарный план. Для удобства пользования планом воспитатель делит его на две части: первая и вторая половина дня. Для написания плана рекомендуется использовать циклограмму образовательной деятельности (она не обязательна, но удобна и помогает педагогу правильно спланировать свою работу с детьми в течение дня).

Сетка занятий.

Для детей раннего возраста от 1,6 до 3 лет длительность занятий не должна превышать 10 мин. Образовательная деятельность в группе раннего

возраста может проводиться в первую и во вторую половину дня по подгруппам. Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Педагогический мониторинг

Представляет собой собранный и оформленный диагностический материал в папке по разным направлениям.

Табель посещаемости пронумерован, прошит, заверен печатью заведующей, он позволяет контролировать, какое количество дней дети посещают детский сад в течение месяца. Это необходимо для начисления родительской платы, для контроля над заболеваемостью детей, а в период адаптации помогает выявить беспричинные пропуски, усложняющие успешное прохождение адаптации ребёнка к условиям ДОО. В конце месяца табель закрывается, подсчитывается число пропусков и посещений ребенком за месяц.

Журнал здоровья

В группах раннего возраста воспитатели ведут так называемый «журнал здоровья», в котором отмечается состояние здоровья каждого ребёнка при утреннем приёме. Ведение журнала здоровья позволяет выявить заболевание ребёнка на ранней стадии и принять меры для сохранения здоровья детского коллектива группы.

Данный журнал может выглядеть вот так:

Фамилия, имя ребенка	Результаты осмотра во время утреннего приема			Подпись родителей	Результаты осмотра вечером			Подпись воспитателя
	t	зев	кожа		t	зев	кожа	

Количество и название колонок можно менять, по вашему усмотрению, учитывая общие требования конкретного ДОО.

Сведения о детях и родителях.

Обязательная для всех документация, так как каждый воспитатель должен знать о родителях своих воспитанников необходимые сведения: фамилия, имя, отчество ребёнка, дата его рождения; фамилия, имя, отчество матери, отца, место работы обоих родителей, контактные телефоны (номера сотовых телефонов, рабочие номера, домашний номер, если таковой есть, а

так же можно выяснить номера телефонов бабушек, дедушек или иных родственников, которыми можно воспользоваться, если не получится дозвониться до родителей), образование.

Лист здоровья.

Данные листы содержат основную информацию о состоянии здоровья детей и составляются на каждого ребёнка индивидуально. В данном документе прописывается фамилия и имя ребёнка, дата рождения, группа здоровья, антропометрические данные (рост и вес) на начало и конец года, маркировка мебели, дополнительные сведения. Листы здоровья заполняются воспитателем совместно с медицинским работником.

Лист адаптации (на вновь прибывших детей).

Когда ребенок приходит в дошкольное учреждение, воспитатель ведет за ним наблюдение, фиксируя в листе адаптации данные, связанные с его поведением и развитием. Адаптация может протекать длительно, а некоторые дети с первого дня чувствуют себя совершенно свободно. Однако педагог внимательно наблюдает за ними и дальше - особенно в течение первого месяца. В случае заболевания ребенка в период адаптации процесс наблюдения за ним возобновляется по возвращении после болезни и длится в течение трех дней. Если малыш чувствует себя так же хорошо, как до заболевания, можно считать, что оно не повлияло на адаптацию.

Заполняется бланк адаптационного листа на каждого ребенка и предназначен для ведения статистики адаптации ребенка в группе детского сада.

Адаптационная карта ребёнка

Фамилия, имя _____

Дата рождения _____

Дата первого посещения _____

ТАБЛИЦА ЗАПОЛНЯЕТСЯ НА ОСНОВЕ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ

Дата																				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
Уровень адаптации																				

Заболеваемость

№	Месяц	Дни, пропущенные по болезни	Всего пропущено (дн)
1.			
2.			
3.			
4.			

Степень адаптации _____

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ В СООТВЕТСТВИИ С ОЦЕНКОЙ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К УСЛОВИЯМ ДОУ

1. Эмоциональное состояние ребенка

- +3 Весел, жизнерадостен, подвижен, активен.
- +2 Улыбается, настроение хорошее, спокоен.
- +1 Иногда задумчив, замкнут.
- 1 Легкая плаксивость, хныканье.
- 2 Плачет за компанию; плач приступообразный.
- 3 Сильный, профилактический плач; подавленное настроение.



2. Социальные контакты ребенка

- +3 Много друзей, охотно играет с детьми.
- +2 Сдержан, просится на руки; неохотно играет с детьми.
- +1 Безразличен к играм, отстранен, замкнут.
- 1 Невесел, с детьми не контактирует, даже если вовлечен в игру.
- 2 Проявляет тревогу, бросает начатые игры.
- 3 Недружелюбен, агрессивен, мешает детям играть.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ В СООТВЕТСТВИИ С ОЦЕНКОЙ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К УСЛОВИЯМ ДОУ

3. Сон ребенка

- +3 Сон спокойный, глубокий, засыпает быстро.
- +2 Сон спокойный.
- +1 Засыпает не скоро, спит спокойно, но недолго.
- 1 Засыпает с хныканьем, тревожен во сне
- 2 Засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне.
- 3 Отсутствие сна, плач.



4. Аппетит ребенка

- +3 Очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием.
- +2 Нормальный аппетит, ест до насыщения.
- +1 Аппетит выборочный, но насыщенный.
- 1 Отвергает некоторые блюда, капризничает.
- 2 Приходится следить за тем, чтобы ел, ест долго, неохотно.
- 3 Отвращение к еде, кормление мучительно.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СТЕПЕНИ И УРОВНЯ АДАПТАЦИИ



№	Степень адаптации	Сроки (А)	Поведенческие реакции (П)	Уровни адаптации
1.	Легкая	От 5 до 10 дней	+12...+8	А1 и П1 высокий А1 и П2
2.	Средняя	От 10 дней до 1 месяца	+7...0	А1 и П3 средний А2 и П2
3.	Тяжелая	От 1 месяца до 3 месяцев	-1...-7	А2 и П4 сложный А3 и П3
4.	Деадаптация	Более 3 месяцев	-8...-12	А3 и П4 деадапт. А4 и П4

В шапке заполняются Ф.И. ребенка, дата рождения и дата поступления в ДОО. В таблице заполняются следующие данные:

- Аппетит дошкольника на завтрак, обед и ужин.
- Сон ребенка.
- Общение с детьми и взрослыми.
- Активность игры и речи.
- Настроение воспитанника.

Педагог отмечает реакцию ребенка на изменение привычной ситуации. Затем по итогам наблюдений педагог-психолог ДОО определяет уровень адаптированности каждого ребенка.

Карты нервно-психического развития

Нервно-психическое развитие – один из важнейших показателей состояния здоровья детей раннего возраста.

Диагностика нервно-психического развития детей первых лет жизни является неотъемлемой частью деятельности врача-педиатра, врача общей практики (семейного врача), средних медицинских работников, а также педагогов дошкольных учреждений. С основами этой диагностики должны быть знакомы и родители.

Правильная и своевременная диагностика нервно-психического развития ребенка позволяет подойти к раннему выявлению отклонений в здоровье детей, а также в полной мере осуществить необходимый комплекс развивающих, оздоровительных и реабилитационных мероприятий.

Оценка уровня нервно-психического развития ребенка позволяет понять качество окружающей среды, характер педагогической работы и эффективность различных лечебно-оздоровительных приемов, а также влияние других факторов.

Методы диагностики нервно-психического развития детей раннего возраста опираются на объективное изучение закономерностей процесса развития детского организма в определенных условиях воспитания. Поэтому выделенные авторами показатели отражают оптимальный алгоритм развития, его последовательность и возрастные сроки формирования умений и уровень созревания, который должен быть достигнут ребенком на каждом возрастном этапе в результате влияния целого комплекса различных факторов.

При диагностике нервно-психического развития перед ребенком ставятся определенные задачи, что позволяет объективно оценить его способности, уровень развития, успехи и недостатки воспитательной работы и т.д. Тесты для определения уровня развития по каждому из выделенных

показателей сгруппированы по следующей схеме: возраст, название линии развития, порядковый номер и наименование показателя; методы диагностики, т.е. описание ситуации и способа проверки; эталоны поведения ребенка при правильном решении каждой задачи.

Особенностью детей раннего возраста является очень быстрый темп развития, неравномерность и скачкообразность процессов роста организма. Это обуславливает дифференциацию на возрастные периоды и выделение в каждом возрастном периоде линии развития, формирующихся здесь впервые, более быстро и существенно влияющих на последующее развитие ребенка.

На 1-ом году жизни контроль осуществляется ежемесячно; на 2-м году – 1 раз в квартал; на 3-м году – 1 раз в полугодие; после 3-х лет 1 раз в год в дни, близкие к дню рождения ребенка.

Каждого ребенка обследуют по показателям его возраста. Если развитие ребенка не соответствует возрасту, используют показатели предыдущего или более старшего возрастного периода.

Воспитатели совместно с педагогом-психологом заполняют карты нервно-психического развития и поведения детей второго и третьего года жизни по эпикризным срокам.

Социальный паспорт группы.

Составляется педагогом группы в начале учебного года и содержит сведения о количестве мальчиков и девочек в группе, о национальной принадлежности детей, о количестве полных и неполных семей. Об уровне образованности родителей, о социальном статусе родителей.

План взаимодействия с родителями воспитанников группы

В ДОО ведется работа в трех направлениях:

1. Работа с коллективом ДОО по организации взаимодействия с семьей, ознакомлению педагогов с системой новых форм работы с родителями.
2. Повышение педагогической культуры родителей.
3. Вовлечение родителей в деятельность ДОО, совместная работа по обмену опытом.

Работа с родителями в детском саду планируется заранее. Поэтому начинать работу необходимо с анализа социального состава родителей, их настроения и ожиданий от пребывания ребенка в детском саду. Проведение анкетирования, личные беседы на эту тему помогают правильно выстроить

работу, сделать ее эффективной, подобрать интересные формы взаимодействия с семьей.

План работы по взаимодействию с семьей составляется на текущий учебный год с указанием ежемесячных форм работы.

8. Примерный перспективный план работы с родителями

месяц	Родительский уголок	Консультации	Собрания	Выставки	Другое
Сентябрь	Оформление родительского уголка на нач.учебн. года (информ.о группе)	Задачи воспитания детей 1 мл. групп Памятка: «Как пережить разлуку, или научим ребёнка любить детский сад».	Организационное собрание Анкета- знакомство		Разработка и оформление пакета документов по проблемам адаптации для педагогов и родителей
Октябрь	Оформление стенда «Наши будни»	Адаптация детей с привлечением психолога	Практикум для родителей «Игры в период адаптации ребенка к дет.саду»	Выставка «Золотая Осень»	
Ноябрь	Обновление стенда «Наши будни»	Информационные памятки: «Внимание! Адаптация!» «Алгоритм адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения». «Меры, облегчающие адаптацию».	Родительское собрание: «Основные трудности при поступлении ребёнка в детский сад. Способы их преодоления».		Оформление тетрадей взаимодействия
Декабрь	Обновление материала в родительском уголке	Индивидуальное консультирование родителей по проблемам адаптации детей.	Заседание родительского комитета на тему «Новогодние подарки»	Выставка новогодних поделок	Заполнение тетрадей взаимодействия в целях повторения стихов к новому году
Январь	Обновление материала «Наши будни»	«Результаты адаптационного периода». Оформление памяток для педагогов по обеспечению			«Профилактика психоэмоционального напряжения детей раннего возраста». Составление методических рекомендаций

		психологической безопасности личности ребенка и эмоционального комфорта.			
Февраль	Обновление материала в родительском уголке	Оформление печатной информации «Необходимость соблюдения режима дома»	«Игра – школа жизни ребенка»	Выставка поделок к празднику 23 февраля	Заполнение тетрадей взаимодействия по программе
Март	Обновление материала в родительском уголке			Выставка фотографий «Мамочка моя»	
Апрель		Стендовая консультация «Игры на воздухе в теплое время года»	Заседание родительского комитета на тему «Помощь в ремонте группы» итоги воспитания детей в 1 младшей группе		Заполнение тетрадей взаимодействия по программе
Май	Обновление материала «Наши будни»			Поделки на 9 мая	Субботник по благоустройству

9. Консультации для родителей группы раннего возраста

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период адаптации к детскому саду. Вся жизнь ребёнка кардинальным образом меняется. В привычную, сложившуюся жизнь в семье буквально врываются изменения: чёткий режим дня, отсутствие родных и близких, постоянное присутствие сверстников, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым, резко уменьшается количество персонального внимания. Ребёнку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду.

Что такое адаптация?

Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке.

Дома ребенок привык к определенному образу жизни, режиму, видам деятельности, характеру пищи, взаимоотношениям с окружающими, правилам поведения и т.д. В детском саду большинство условий будет новыми и непривычными для ребенка, к ним малышу придется приспособливаться и привыкать.

В процессе приспособления – адаптации – поведение и реакции на многое у ребенка могут резко поменяться: чаще всего меняются:

1. *Эмоциональное состояние* (ребенок много плачет, раздражается);
2. *Нарушается аппетит* (ребенок ест меньше и реже, чем обычно);
3. *Нарушается сон* (ребенок не может заснуть, сон кратковременный, беспокойный, прерывистый);
4. *Утрачиваются приобретенные навыки* (малыш может вернуться к соске или перестать проситься на горшок, речь может затормозиться, наблюдается временный регресс в развитии);
5. *В период адаптации дети нередко заболевают* (это связано и с психическим напряжением, и с тем, что ребенок сталкивается с новыми вирусами).

Но эти изменения являются естественной реакцией на новые условия жизни, поэтому к ним нужно отнестись с пониманием, любовью и поддержкой. Не беспокойтесь: когда ребенок привыкнет к садику, всё «станет на круги своя».

Для ребенка детский садик, несомненно, является еще неизвестным пространством, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с психоэмоциональным напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма.

А привыкание к детскому саду у всех происходит по-разному, это во многом определяется индивидуально-личностными особенностями малыша: типом его нервной системы, степенью общительности и доброжелательности, уравновешенности, наличием или отсутствием привычки выполнять требования взрослых, сформированностью навыков самообслуживания и т.д.

- При лёгкой адаптации поведение детей раннего возраста нормализуется в течение месяца. Отмечается незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней объём съеданной ребёнком пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается.

- При средней степени адаптации дети привыкают к садику дольше, до 2-3 месяцев.
- При тяжелой адаптации срок привыкания может продлиться до 6 месяцев и даже больше.

Чтобы облегчить малышу процесс адаптации, необходимо обеспечить плавное вхождение в новые условия. Начинать приводить ребенка в ДОО всего на 2 часа, желательно на прогулку, а через несколько дней, когда эмоциональное состояние ребенка и другие показатели адаптации в детском саду стабилизируются – оставлять до обеда. Позже начать оставлять и на дневной сон. А потом – и на полный день. Время пребывания ребенка в детском саду индивидуально, определяется воспитателями на основе наблюдений за ребенком.

В период адаптации воспитатели, по мере своих сил и возможностей, стараются обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку, дать максимум ласки, внимания и заботы. На первых этапах вхождения ребенка в условия детского сада воспитатели стремятся получить как можно больше информации о новых детях – об их особенностях и привычках – и учитывать их при взаимодействии с малышами. Поэтому старайтесь беседовать с воспитателями о вашем ребенке, рассказывайте больше о привычках и предпочтениях вашего малыша.

Кому адаптироваться легче?

Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее, за несколько месяцев до этого события. Эта подготовка могла заключаться в том, что родители читали сказочные истории о посещении садика, играли "в садик" с игрушками, гуляли возле садика, рассказывая малышу, что ему

предстоит туда ходить. Если родители использовали возможность и познакомили ребенка с воспитателями заранее, то малышу будет значительно легче (особенно, если он не просто видел эту "тетю" несколько минут, а смог пообщаться с ней и пройти в группу, пока мама была рядом).

Детям, физически здоровым, т.е. не имеющим ни хронических заболеваний, ни предрасположенности к частым простудным заболеваниям. В адаптационный период все силы организма напряжены, и когда можно направить их на привыкание к новому, не тратя еще и на борьбу с болезнью, это хороший "старт".

Детям, имеющим навыки самостоятельности. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме), "горшечный" этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, чтобы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.

Детям, чей режим близок к режиму сада. За месяц до посещения сада родители должны начать приводить режим ребенка к тому, какой его ждет в саду. Для того чтобы легко встать утром, ложиться нужно не позже 20:30.

Трудно приходится детям, у которых не соблюдены одно или несколько условий (чем больше, тем будет сложнее). Особенно трудно малышам, которые воспринимают поход в сад как неожиданность из-за того, что родители не разговаривали об этом. Бывают ситуации, когда посещение садика начинается неожиданно по объективным причинам. И, как ни странно, часто трудно бывает тем детям, чьи мамы (или другие родственники) работают в саду.

Каждый родитель, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно! Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять "отсыпаться" слишком долго, что существенно сдвигает распорядок дня. Если ребенку требуется "отсыпаться", значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером. Соблюдайте режим дня

малыша даже в выходные и праздничные дни. Исключения могут быть, когда малыш болен.

Не перегружайте малыша в период адаптации. У него в жизни сейчас столько изменений, и лишнее напряжение нервной системы ему ни к чему. Дарите больше положительных эмоции и проявляйте любовь и заботу.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру). Хорошо успокаивают поглаживания, легкие покачивания.

Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая к себе что-то, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

Призовите на помощь сказку или игру. Придумайте свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. "Проиграйте" эту сказку с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно, все это и затевается, чтобы малыш понял; мама обязательно за ним вернется.

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? **Главное правило таково: спокойна мама — спокоен малыш.** Он "считывает" вашу неуверенность и еще больше расстраивается.

И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду — раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую ребёнок берет с собой в садик. Видя, что зайчик "так хочет в сад", малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из

родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте, когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь и всегда выполняйте свои обещания!

Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка к детскому саду.

Чего нельзя делать ни в коем случае:

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что "он обещал не плакать", — тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют "держаться слово". Лучше еще раз скажите, что вы его очень любите и обязательно придете за ним.

Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь ещё очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это ещё больше усиливает детскую тревогу.

Нельзя пугать детским садом ("Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!"). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это наводит малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Когда речь идет об адаптации ребенка к саду, часто говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но "за кадром" почти всегда остаются родители, которые находятся в не меньшем стрессе и

переживаниях! Они тоже остро нуждаются в помощи и почти никогда ее не получают.

Часто мамы и папы не понимают, что с ними происходит, и пытаются игнорировать свои эмоции. Но не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства, и в данном случае они являются естественными. Поступление в сад — это момент отделения ребенка от родителей, и это испытание для всех. У мамы и папы тоже "рвется" сердце, когда они видят, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад.

Чтобы помочь себе, нужно:

Быть уверенными, что посещение сада действительно нужно семье. Например, когда маме просто необходимо работать, чтобы вносить свой вклад (порой единственный) в доход семьи. Иногда мамы отдают ребенка в сад раньше, чем выходят на работу, чтобы помочь ему адаптироваться, забирая пораньше, если это будет нужно. Чем меньше сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится. И малыш, реагируя именно на эту уверенную позицию, адаптируется гораздо быстрее.

Поверить, что малыш на самом деле вовсе не "слабое" создание. Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что ребёнок плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком — с мамой! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, и у него не получается плакать. Плач — это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за "нытье". Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь.

Заручиться поддержкой. Вокруг вас родители, переживающие те же чувства в этот период. Поддерживайте друг друга, узнайте, какие "ноу-хау" есть у каждого из вас в деле помощи малышу. Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

Как приучить 2-3 летнего ребенка к наведению порядка?

Потребность видеть вокруг себя чистое, убранное помещение, знать, где находятся нужные вещи – достаточно позднее приобретение человека и в индивидуальном, и в историческом развитии. Желание наводить порядок естественным образом формируется обычно после подросткового возраста, а часто – только когда человек заводит свою семью и начинает строить собственное жилище. Пока ребенок живет на территории взрослых и занимает подчиненное положение, он ни за что вокруг себя не отвечает. Поэтому ожидать, что 2-3 – летний ребенок будет проявлять энтузиазм и ответственность в уборке помещения, не приходится.

Любят расставлять вещи по местам, наводить чистоту обычно дети педантичные, аккуратные не в силу воспитанной привычки, а в силу особенностей характера (чаще это бывают девочки). Обратной стороной такого характера, однако, обычно является отсутствие непосредственности поведения, неумение азартно играть, безынициативность. Дети, которые с увлечением и интересно играют, не в состоянии, выйдя из игры, резко вернуться к повседневности, поэтому игрушки, как правило, остаются там, где их забыли. Еще сложнее "собрать" детей расторможенных, которых становится все больше; их особенность состоит в том, что без жесткого внешнего контроля они не в состоянии выполнять никакую, даже самую простую деятельность, которая иначе остается незавершенной. Таким образом, нежелание наводить порядок - это возрастная норма, в то время как наличие некоторых навыков в этой деятельности – скорее приятная неожиданность.

Поэтому вопрос можно переформулировать так: могут ли родители немного облегчить себе жизнь, и если да, то как? Знание психологических особенностей раннего возраста может способствовать тому, чтобы последствия дневного времяпрепровождения ребенка были менее обременительными для взрослых, с которыми он живет.

Итак, естественного различия бытового порядка и беспорядка, чистого и неубранного помещения у ребенка нет. И если он в действительности готов участвовать в уборке, то это отвечает потребности в одобрении и стремлению быть взрослым. Именно на эти потребности и нужно опираться в бытовом воспитании детей раннего возраста. Приучение к наведению порядка лучше всего происходит в процессе совместной со взрослым деятельности, игре или через подражание.

Приучение к каким-либо навыкам предполагает их наличие и у других членов семьи. Поскольку основной механизм социального поведения ребенка

– это подражание, лучше воспитывать ребенка, просто ставя его рядом с собой и показывая, что и как надо делать, чем, рассказывая многочисленные поучительные истории о хороших и плохих детях. Если дом содержится в порядке, рано или поздно ребенок естественно подтянется к этому уровню в личных привычках. Когда же бытовое воспитание остается лицемерным (никто из взрослых не обременяет себя поддержанием порядка, которого требуют от ребенка), то эффективным оно не будет.

Если есть возможность, лучше ограничить территорию, на которой ребенку разрешено играть: исключить кухню, где бывает душно, грязно, встречаются кусочки пищи, исключить ванную комнату, куда игрушки допускаются только на время купания, а также постараться оградить кабинет или спальню взрослых. В этом случае вам все-таки не придется собирать игрушки по всей квартире.

Уборка не должна прерывать игры ребенка или препятствовать ее продолжению. Если он оставил на полу полупостроенный замок из кубиков, неправильным будет его убрать – это означает прервать творческий процесс, который может уже не возобновиться. Неуместно начинать работу по дому, если у малыша гости, или отрывать его от какого-то интересного занятия, в этом случае участие в работе будет иметь негативный эмоциональный оттенок.

Если вы беретесь за уборку в детской сами, ни в коем случае не делайте этого без ребенка или в его отсутствие. Понятно, что его вклад будет пока невелик, но, тем не менее, у него не должно создаваться впечатление, что кто-то будет выполнять его обязанности. Пусть он просто держит мешок для игрушек или достает из-под дивана то, что взрослому достать труднее. Обязательно нужно подчеркивать совместный характер этой работы, во всеуслышание благодарить ребенка, а при случае попросить помочь и с уборкой взрослых вещей: «Ведь у тебя так хорошо получается, я бы так не смогла!».

Можно попытаться дать ему постоянные нетрудные поручения – поливать цветы, кормить рыбок или черепаху, стирать пыль с полок. Многие дети любят возиться с водой, тогда можно разрешить что-то постирать. Мытье посуды лучше пока обозначить "почетным взрослым поручением" – это пригодится вам через год-два, когда потребуется делать дальнейшие шаги для приучения ребенка к домашнему труду. Наличие постоянных обязанностей поможет ребенку включиться в ритм жизни семьи, почувствовать, что некоторую работу надо выполнять постоянно.

Много сложностей приносит и приучение детей к личной гигиене. Хорошо, если грязные носки и чистые трусы не будут лежать у ребенка в

одном ящике. Определите время и частоту смены белья; обязательно покажите, куда нужно складывать грязное или то, что уже носилось сегодня, но может до вечера еще пригодиться. Нужно упорядочить и хранение того, что всегда теряется – перчаток, шапок, носков.

Убеждение некоторых взрослых, что "золотой век детства" должен проходить в праздности, является глубоким заблуждением. Необходимо, чтобы ребенок по мере сил делал и был допущен ко всем бытовым делам – мыл машину, стирал, выжимал белье, даже носил воду, если это требуется. Совместная деятельность – это основа семьи, любви и взаимопонимания. Но при этом не стоит рассчитывать на скорый эффект и требовать от 2-3 летнего ребенка общественно полезных результатов; девиз бытового воспитания – "ждите ответа".

Адаптация с улыбкой или без?

Детский сад - это первое социальное учреждение, с которым встречается ребенок. Социальное в том смысле, что ребенок впервые встречается с требованиями общества. Эти требования могут совпадать с требованиями в семье, а могут и отличаться. Очень важное умение, которое осваивает ребенок, адаптируясь к детскому саду, - это умение различать ситуации и анализировать, что можно и что нельзя с теми или другими людьми, в тех или иных случаях.

Теперь не только мама и папа, но и очень много разных людей (и взрослых, и сверстников) и разных обстоятельств (режим, расписание занятий, правила поведения и даже меню) влияют на малыша. Ему нужно научиться отстаивать свое мнение - но уважать правила, защищать себя - но не обижать других, быть личностью - но ценить коллектив, иметь свои постоянные вкусы - но допускать и что-то новое.

Это не просто. Новые обстоятельства потребуют времени для адаптации ребенка к новым условиям. По мнению психологов, у ребенка трех-четырех лет период адаптации длится 2-3 месяца. Если такой период длится дольше, родителям стоит проконсультироваться с психологом и помочь ребенку. Возможно, переживания по поводу садика совпали с какими-то не менее важными переживаниями, и ребенок не может самостоятельно с ними справиться, тогда "отказ" от садика означает его потребность в помощи и поддержке родителей.

Вот несколько типичных ситуаций, с которыми сталкиваются родители, когда ребенок начинает ходить в детский сад (то есть начался адаптационный период).

"НЕ ХОЧУ!" Ребенок плачет, капризничает каждый раз, когда приходит время идти в садик. Это (как ни странно) самый "благоприятный" вариант: он позволяет ребенку открыто говорить о том, что ему не нравится. Родители могут ему сочувствовать, говорить, что им действительно жалко, когда он грустит, расставаясь с ними, но "так уж устроен мир - мамы и папы работают, а дети ходят в садики и в школы".

Ребенок, который открыто протестует против садика, чаще всего довольно хорошо адаптируется, если родители не ругают его, не стыдят, а выражают сочувствие, оставаясь уверенными в том, что садик - хороший выбор для их ребенка.

ЧАСТЫЕ БОЛЕЗНИ. Ребенок начинает болеть буквально с первых дней посещения садика: "неделя в садике - неделя (а порой и две) дома". Многие родители сетуют на садик: мол, недосмотрели, сквозняки, детей заболевших принимают, инфекция... Считая, что дело в конкретном садике, родители переводят ребенка в другой, в третий, но ситуация радикально не меняется. Почему? Просто потому, что виноват чаще всего не садик, точнее, не **КОНКРЕТНЫЙ** садик, а сама ситуация перехода ребенка к самостоятельному пребыванию где-то без родителей. Как известно, физическое и психическое развитие ребенка взаимосвязаны, и организм ребенка иногда помогает ему справляться с тревогами и переживаниями.

Чаще всего болеют именно те дети, которые не очень сильно капризничают и плачут, не выражая явно, словами и слезами, нежелание идти в садик. Это "послушные" дети, они хотят, чтобы мамы и папы были довольны их самостоятельностью, и стараются их не расстраивать. Но если адаптация для такого ребенка происходит сложно, организм дает эмоциям "передышку": ребенок болеет, остается дома. Многие родители замечают, что спустя несколько месяцев после того, как ребенок пошел в садик, он болеет все реже и становится активнее, разговорчивее, взрослее. Если "болезненная" адаптация не проходит в течение полугода, родителям необходимо посоветоваться с детским психологом.

ДОМА - КАПРИЗЫ, В САДИКЕ - УСПЕХИ. *"Удивительно, но мой сын в садике совершенно не такой, как дома. Мне даже обидно, ведь я дома так стараюсь, а он там гораздо лучше себя ведет, чем со мной. Во-первых, он там ЕСТ. Причем воспитательница говорит, что старается съесть первый и поднимает тарелку похвастаться! А дома я за ним бегая с ложкой! Во-вторых, он сам ОДЕВАЕТСЯ! Дома может часами ходить в одном носке! Такое впечатление, что всеми плодами моего воспитания и моих усилий пользуются воспитатели в садике: я с ним дома борюсь, а там - "Какой у вас самостоятельный, развитый ребенок!"*

Дело в том, что в садике ребенок часто видит именно то место, где его готовы воспринять таким, каким он себя ПОКАЖЕТ. Он пока не может постоянно БЫТЬ таким самостоятельным, целеустремленным и "взрослым", он набирается сил и выражает все свои тревоги и сомнения дома, маме, в виде капризов и непослушания, а в садик он приносит ту форму поведения, которая, как он считает, больше всего ценится в обществе. Он хочет общественного уважения! Скорее всего, скоро он сможет так же "достойно" себя вести и в других местах, а дома будет иногда безобразничать, отдыхая от тяжелой социальной роли "хорошего ребенка". Конечно, родителям, особенно мамам, бывает обидно, что ребенок хорошо себя ведет с другими, а с ними капризничает! Однако важно понимать, что это непослушание ребенка именно с близкими людьми означает, что он старается приспособиться к обществу и тратит на это много сил. Понимая теперь, как велик мир и как много в нем разных людей, только самым близким он может полностью и безоглядно доверить свои тревоги, эмоции и переживания.

ДОМА - "ХОРОШИЙ", В САДИКЕ - "УЖАСНЫЙ". *«По-моему, воспитательница предвзято относится к моему сыну. Каждый день она рассказывает мне, как он безобразно себя ведет, дерется, забирает у детей игрушки и т. д. Но этого не может быть: он очень послушный, вежливый мальчик! Мы всегда проводили с ним очень много времени, пока я не вышла на работу, я всегда объясняла ему, что можно и что нельзя. Он всегда спрашивает у меня разрешения, если хочет что-то взять! Я просто не понимаю, разве может так быть, что я вижу одно, а без меня происходит совсем другое?..»*

Да, такое вполне может быть, и даже часто так и бывает. И воспитательница, скорее всего, абсолютно не преувеличивает. Дело в том, что если родители очень много внимания уделяют правильному воспитанию, слишком контролируют ребенка, оберегают от принятия неверных решений, то ребенок трех-четырёх лет, оставшись в садике без них, просто теряется. Он как бы остается без своей СОВЕСТИ, как говорит пословица - "без царя в голове", ведь его способность к самоконтролю еще не развилась, а дома его совестью и контролем были мама и папа.

Оставшись один, ребенок пытается найти взрослого, который смог бы, как мама, помочь ему быть "правильным". Именно для этого он ведет себя вызывающе, этот вызов говорит: "Пожалуйста, обуздайте меня, укажите мне мои границы, ВЫДЕРЖИТЕ меня!" Чаще всего доброжелательность окружающих взрослых помогает в скором времени ребенку поверить, что для того чтобы быть достаточно хорошим, вовсе не обязателен постоянный контроль взрослых. "Я МОГУ САМ СЕБЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ!" - вдруг говорит себе ребенок, если видит, что его проделки - вовсе не катастрофа для окружающего мира, а

взрослые, в общем-то, любят совершенно разных малышей - и тихих, и шустрых. Успокоившись по поводу отсутствия постоянного постороннего контроля за собой, ребенок начинает чувствовать себя увереннее и лучше общаться как со взрослыми, так и со своими сверстниками.

«Первый раз в детский сад: особенности адаптационного периода»

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период адаптации к детскому саду. Вся жизнь ребёнка кардинальным образом меняется. В привычную, сложившуюся жизнь в семье буквально врываются изменения: чёткий режим дня, отсутствие родных и близких, постоянное присутствие сверстников, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым, резко уменьшается количество персонального внимания.

Ребёнку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду. Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке.

С какими трудностями приходится сталкиваться малышу?

- Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.

- Во-вторых, дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

- В-третьих, дети раннего возраста эмоционально привязаны к матерям. Мама для них – безопасный проводник на пути познания мира. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

- В-четвертых, дома к ребенку не предъявляют требований к самостоятельности: мама может и с ложечки покормить, оденет и игрушки уберет на место. Придя в детский сад, ребенок сталкивается с необходимостью делать некоторые вещи самостоятельно: одеваться, есть ложкой, проситься и ходить на горшок и т.д. Если у ребенка не развиты

культурно-гигиенические навыки, то привыкание идет болезненно, поскольку его потребность в постоянной опеке взрослого не будет удовлетворена полностью.

• И последнее, дольше привыкают дети, у которых сохранились вредные привычки: сосать соску, ходить с подгузниками, пить из бутылки. Если избавиться от вредных привычек до начала посещения детского сада, то адаптация ребенка пройдет более гладко.

Выделяют 3 стадии адаптации:

- **Легкая.** Поначалу ребенок капризничает, плачет. Обычно через 2 – 3 недели он будет оставаться в детском саду без проблем.

- **Средняя.** Слезы, крики, странное поведение ребенка. Ребенок отказывается идти в детский сад, но успокаивается постепенно в группе. На фоне такого эмоционального состояния ребенок начинает болеть. Постепенно ребенок становится спокойнее и затем привыкает.

- **Тяжелая.** Ребенок никак не может привыкнуть к детскому саду. Ребенок начинает часто и длительно болеть. От этого страдает его нервно – психическое развитие: ребенок может забывать новые слова, демонстрировать мнимое неумение есть ложкой, проявлять замкнутость и отчужденность. Длится от 2 до 6 месяцев.

Все мы слышали и читали об адаптации ребенка к детскому саду, но трудности испытывают также и родители. *В первую очередь, это неготовность родителей к негативной реакции ребенка на ДОО.* Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны. Плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой. Сами родители должны психологически быть готовы к посещению ребенком ДОО.

11. Карточка игр в период адаптации к условиям ДОО

Родители в первый раз привели ребенка в детский сад. Волнуются. Переживают. Как справится ребенок с новой ситуацией?

Что же такое «адаптация ребенка к детскому саду» и как сделать так, чтобы она прошла наиболее безболезненно для малыша?

Адаптация обычно протекает сложно с массой негативных сдвигов в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. Только родителям обычно видна лишь надводная часть айсберга – поведение ребенка.

Малыш находится в особом "третьем состоянии" между здоровьем и болезнью. Но постоянно находиться в "третьем состоянии" нельзя. Поэтому

сегодня или завтра ребенок, или просто заболит, или снова станет сам собой. Если выраженность стресса у ребенка минимальна, в скором времени забудутся негативные сдвиги адаптационного процесса. Это будет говорить о легкой или же благоприятной адаптации.

Чтобы более детально и как можно объективнее судить о процессе адаптации, существуют специально разработанные показатели, которые достаточно информативно характеризуют особенности поведения и проявление эмоций у ребенка, адаптирующегося к новому организационному коллективу.

I. Отрицательные эмоции - как правило, важнейший компонент, встречающийся, в основном, у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому коллективу.

II. Страх - обычный спутник отрицательных эмоций. Малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он много боится, и страх преследует его буквально по пятам.

III. Гнев. Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице.

IV. Положительные эмоции - противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно впервые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто "опьянен" ориентировочной реакцией на новизну. Чем легче адаптируется ребенок, тем раньше проявляются положительные эмоции.

V. Социальные контакты. Уже в три года малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта. Коммуникабельность ребенка - это благо для успешного исхода адаптационного процесса.

VI. Познавательная деятельность - обычно верный "друг" всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций.

VII. Социальные навыки. Под прессом стресса малыш обычно изменяется настолько, что может "растерять" почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он "вспоминает" вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

VIII. Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, вплоть до ее потери, но в процессе привыкания речь восстанавливается.

IX. Двигательная активность. Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен.

X. Сон. Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как "ванька-встанька". По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

XI. Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем.

Итак, адаптация ребенка к новым для него условиям среды - тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и возможно, приводящий к стрессу.

Сгладить адаптационный период помогут игры, направленные на эмоциональное взаимодействие ребенка со взрослым.

Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Основная задача игр с детьми в адаптационный период – наладить доверительные отношения с каждым ребенком, подарить минуты радости малышам, вызвать положительное отношение к детскому саду. В данный период нужны и индивидуальные, и фронтальные игры, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием.

Цель игр — это не развитие и обучение ребенка, а эмоциональное общение, налаживание контакта между ребенком и взрослым.

Требования к играм, проводимым в адаптационный период

1. они должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием;
2. не должны быть слишком длительными (лучше играть с детьми по несколько раз в день, но понемногу);
3. должны использоваться копии реальных предметов, а не их заменители;
4. всем детям предлагаются одинаковые предметы;
5. инициатором игры выступает взрослый.

Игры для детей раннего возраста различных типов темперамента

Как показали научные исследования, одним из важных факторов, облегчающих адаптацию детей, является тип темперамента ребенка. Замечено, что быстро и легко привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они

медлительны и не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их часто подгоняют, подстегивают (причем не только в садике, но и дома тоже), не давая возможности побыть самим собой.

Тип темперамента	Название игр
1	2
<i>холерик</i>	Подвижные игры, игры с кеглями, игра в мяч, ритмичные танцы
<i>сангвиник</i>	Веселые подвижные игры, танцы под музыку, хороводы, игры с водой и песком
<i>флегматик</i>	Игры-эксперименты, пазлы, конструкторы, мозаика, рассматривание иллюстраций и раскрашивание картинок
<i>меланхолик</i>	Конструкторы, настольные игры, игры с водой, экспериментирование с красками, игры-потешки («Сорока-ворона», «ладушки»)

При проведении эмоциональных игр следует соблюдать постепенность: не следует уже при первом знакомстве с ребенком использовать в играх телесный контакт («Качели», «По ровненькой дорожке»).

Описанные ниже варианты игр приводятся в такой последовательности:

- знакомство;
- игры с использованием игрушек и предметов;
- контакт руками;
- телесный контакт.

Кроме этого, игры, направленные на формирование общения, требуют соблюдения нескольких условий:

Во-первых, взрослый проявляет большую заинтересованность в игре, активно организует взаимодействие с ребенком, прилагает усилия, чтобы увлечь ребенка игрой;

Во-вторых, взрослый сопровождает игровые действия комментариями, описывая словами все этапы игры. Во многих играх используются стихотворения и потешки.

В-третьих, взрослый делает всё, чтобы создать во время игры комфортную, теплую атмосферу.

В-четвертых, взрослый внимательно следит за ходом игры, контролируя ее начало, продолжение и конец.

В-пятых, эмоциональные игры, направленные на развитие общения со взрослым и установления с ним контакта, проводятся индивидуально (один взрослый — один ребенок).

Многие из приведенных ниже игр очень просты, но детям нравится повторять их многократно.

Игры для налаживания контакта с ребенком

Дай ручку!

Ход игры: Педагог подходит к ребенку и протягивает ему руку.

—*Давай здороваться. Дай ручку!*

Чтобы не испугать малыша, не следует проявлять излишнюю напористость: не подходите слишком близко, слова обращения к ребенку произносите негромким, спокойным голосом. Чтобы общение было корректным, присядьте на корточки или детский стульчик — лучше, чтобы взрослый и ребенок находились на одном уровне, могли смотреть в лицо друг другу.

Привет! Пока!

Ход игры: Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.

—Привет! Привет!

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

—*Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет!*

При прощании игра повторяется — педагог машет рукой.

—Пока! Пока!

Затем предлагает малышу попрощаться.

—*Помаши ручкой на прощание. Пока!*

Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно. Эта игра полезна тем, что учит правилам поведения между людьми.

Хлопаем в ладоши!

Ход игры: Педагог хлопает в ладоши со словами:

—*Хлопну я в ладоши, буду я хороший, хлопнем мы в ладоши, будем мы хорошие!*

Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним:

—*Давай похлопаем в ладоши вместе.*

Если малыш не повторяет действия педагога, а только смотрит, можно попробовать взять его ладони в свои и совершить хлопки ими. Но если ребенок сопротивляется, не следует настаивать, возможно, в следующий раз он проявит больше инициативы.

Ку-ку!

Оборудование: кукла Петрушка.

Ход игры:

Педагог показывает малышу игрушку (Петрушка спрятался).

— *Ой! Кто это там прячется? Кто там?* Затем Петрушка показывается со словами: —*Ку-ку! Это я, Петрушка! Привет!* Петрушка кланяется, вертится в разные стороны, затем снова прячется. Игру можно повторить несколько раз.

Лови мячик!

Оборудование: небольшой резиновый мячик или пластмассовый шарик.

Ход игры: Педагог берет в руки мячик, предлагает ребенку поиграть с ним. Лучше организовать игру на полу: педагог и ребенок сидят напротив друг друга, широко расставив ноги, чтобы мячик не укатился мимо.

- *Давай поиграем в мячик. Лови мячик!*

Педагог катит мячик по направлению к малышу. Затем побуждает его катить мячик в обратном направлении, ловит мяч, эмоционально комментирует ход игры.

—*Кати мячик! Оп! Поймала мячик!*

Игра проводится в течение некоторого времени, прекратить игру следует при первом признаке усталости или потере интереса со стороны ребенка.

Петрушка

Оборудование: кукла Петрушка.

Ход игры: Незаметно для ребенка педагог надевает на руку игрушку, затем начинает игру. Петрушка подходит к малышу, кланяется.

— *Я Петрушка — веселая игрушка! Привет-привет!*

Затем Петрушка предлагает малышу поздороваться, берет его руку в свои.

—*Давай здороваться! Дай ручку!*

После этого Петрушка выполняет различные действия: хлопает в ладоши, танцует и поет, предлагая ребенку повторить эти действия.

-*Давай хлопать в ладошки — хлоп-хлоп-хлоп! А сейчас я песенку спою: ля-ля-ля! Ля-ля-ля!*

Затем Петрушка прячется и появляется вновь. Игра заканчивается тем, что игрушка прощается и уходит.

Котёнок

Оборудование: мягкая игрушка котёнок.

Ход игры: Педагог показывает ребенку игрушечного котёнка и предлагает погладить его.

— *Смотри, какой к нам пришёл котёнок — маленький, пушистый. Давай погладим котёнка— вот так.*

Действие сопровождается стихотворением:

Киса, кисонька, кису ля! —
Позвала котёнка Юля.
Не спеши домой, стой! —
И погладила рукой.

Можно продолжить игру с котёнком: напоить его молочком, показать, как котёнок умеет прыгать, махать хвостиком.

Шарик

Оборудование: маленький пластмассовый шарик (который может поместиться в зажатой ладони).

Ход игры: Педагог показывает ребёнку шарик и предлагает поиграть.
— *Смотри, какой красивый шарик. Давай поиграем: я шарик буду прятать, а ты угадывай, в какой он руке.*

После этого педагог убирает руки за спину и прячет шарик в кулак. Затем выставляет обе руки, зажатые в кулаки, вперед и предлагает ребёнку угадать и показать, в какой руке находится шарик. После чего переворачивает руку и раскрывает ладонь.

— *В какой руке шарик — угадай! Правильно угадал — вот он, шарик, смотри! Давай спрячем шарик еще раз!*

Детям нравится эта игра, поэтому, скорее всего, игровое действие придется повторить многократно.

Солнечный зайчик

Оборудование: маленькое зеркальце в оправе (без острых краев).

Ход игры: Зеркало следует подготовить заранее. Выбрав момент, когда солнце заглядывает в окно, педагог берет зеркало и ловит солнечный луч. При этом посредством комментария обращает внимание малыша на то, как солнечный «зайчик» прыгает по стене, по потолку, со стены на диван и т.д.

— *Посмотри, на стене солнечный зайчик! Как он прыгает— прыг-скок!*

Можно предложить ребёнку дотронуться до светового пятна. Затем медленно отодвигать луч, предлагая ребёнку поймать солнечного зайчика.

— *Потрогай зайчика— вот так. Ой! Смотри: солнечный зайчик убегает — поймай зайчика! Какой шустрый зайчик, как далеко прыгает. А теперь он на потолке — не достать!*

ЕСЛИ ребёнку понравилась игра, можно предложить ему поменяться ролями — дайте ему зеркало, покажите, как поймать луч, как управлять движениями «зайчика».

Во время игры не забывайте комментировать все действия.

Платочек

Оборудование: большой яркий шелковый платок (желательно, чтобы платок не электризовался).

Ход игры: Перед началом игры приготовьте платок: желательно, чтобы он был приятным на ощупь, красивой расцветки. Допустимо сначала пользоваться полупрозрачным платком (в этом случае ребенок может наблюдать из-под него за тем, что происходит вокруг и не испугается внезапной темноты и потери видимости). В дальнейшем можно использовать непрозрачные платки. Удобно играть в эту игру, расположившись на диване или сидя на ковре.

Предложите малышу поиграть с платком. Наденьте платок себе на голову со словами:

— *Сейчас я спрячусь. Ну-ка, найди меня!*

Ребенок с удовольствием стянет платок у вас с головы. После этого предложите спрятаться малышу — накиньте платок ему на голову.

— *Где же наш Ваня? Ваня, ты где? Ау!*

После этих слов стяните платок с головы ребенка, приобнимите его, порадитесь вместе с ним встрече. Игру можно повторять многократно

Прятки

Оборудование: большое одеяло или плед.

Ход игры: Аналогично игре с платком можно организовать игру в прятки, используя одеяло или плед. При этом ребенок или взрослый, прячась, может свободно передвигаться по комнате, выбирая подходящее укромное место.

В отличие от игры с платком, это более продолжительная игра. Водящий: взрослый может намеренно не спеша ходить по комнате, заглядывая в самые неожиданные места — под стол, в шкафы и т.д. — со словами:

— *Где же наш мальчик спрятался? Миша, ау! Иду искать!*

Когда ребенок ждет, что его вот-вот найдут, он переживает сильные эмоции — напряжение и, возможно, страх. В конце игры такое напряжение обязательно разрешается — ребенка находят, гладят по голове, обнимают, хвалят.

Хлопушки

Ход игры: Педагог показывает свои ладони и предлагает ребенку похлопать по ним.

Детка хлопать так умеет,
Своих ручек не жалеет.

Вот так, вот так-так,
Своих ручек не жалеет!

Коготки-царапки

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; обучение чередованию движений рук в соответствии с речевой инструкцией.

Ход игры: Сначала педагог читает стихотворение и изображает котенка. Произнося первые две строчки стихотворения, поглаживает одной рукой другую.

У белого котенка
Мягкие лапки.

На третьей и четвертой строчках то сжимает, то разжимает пальцы — котенок «выпускает» коготки-царапки.

Но на каждой лапке
Коготки-царапки!

Затем предлагает ребенку изобразить котенка. После того, как ребенок научится изображать котенка, можно предложить игру в паре: педагог сначала гладит руку ребенка, затем делает вид, что хочет поцарапать ее «коготками» (в этот момент ребенок может быстро убирать руки). Затем педагог и ребенок меняются ролями: ребенок сначала гладит руку педагога, затем «выпускает коготки» и пытается легонько царапнуть.

Киса, Киса! Брысь!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; обучение умению переключаться с одного игрового действия на другое.

Ход игры: Педагог предлагает ребенку поиграть в кошечку. Для этого взрослый объясняет и показывает, как гладят кошечку, со словами «*Киса, киса!*», как прогоняют кошку, со словом «*Брысь!*». При этом сначала взрослый ласково поглаживает вытянутые вперед ладошки ребенка, а затем пытается их легонько ударить — при этом малыш должен быстро спрятать руки за спину.

—Давай поиграем в кошечку! Когда кошечку гладят— «Киса! Киса!» — держи ладошки. А когда говорят: «Брысь!» — быстро спрячь ладошки за спину. Вот так. Киса, киса! Брысь!

Когда ребенок научится играть в эту игру, можно предложить поменяться ролями.

Тритатушки — три-та-та!

Ход игры: Взрослый усаживает ребенка на колени, лицом к себе, держит ребенка за пояс. Затем совершает ритмичные телесные потряхивания

(влево-вправо, вверх-вниз), сопровождая движения многократным проговариванием слов:

— *Тритатушки — три-та-та! Тритатушки—три-та-та!*

По ровненькой дорожке!

Ход игры: Педагог усаживает ребенка к себе на колени, затем начинает ритмично подбрасывать его, сопровождая движения потешкой. В конце игры педагог делает вид, что роняет ребенка.

По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке,
По кочкам, по кочкам,
По ухабам, по ухабам,
Прямо в яму — Бух!

Тушки-тутушки!

Ход игры: Педагог усаживает ребенка к себе на колени, затем начинает ритмично подбрасывать ребенка вверх, сопровождая движения потешкой. В конце игры педагог делает вид, что роняет ребенка.

Тушки-тутушки!
Сели на подушки.
Пришли подружки,
Столкнули с подушки—
Бух!

Качели

Ход игры: Педагог предлагает ребенку поиграть в качели.

- Ты любишь качаться на качелях? Давай поиграем в качели! Педагог садится на диван или удобный стул, усаживает ребенка к себе на колени, лицом к лицу. Затем берет руки ребенка в свои и расставляет их в стороны, после чего имитирует ритмичные движения качелей — покачивается из стороны в сторону, увлекая за собой ребенка.

—Качели качаются: кач-кач! Кач-кач!

Играть можно и стоя. Взрослый и ребенок становятся напротив друг друга, широко расставив ноги, они берутся за руки и раскидывают их в стороны. Со словами «кач-кач» имитируются движения качелей — вместе взрослый и ребенок раскачиваются из стороны в сторону, поочередно отрывая то правую, то левую ноги от пола.

Часики

Ход игры: В начале игры педагог обращает внимание ребенка на настенные часы, затем предлагает поиграть в часы.

—Посмотри, какие часики на стене. Часы тикают: «тик-так!»—
Давай поиграем в часы!

Педагог садится на пол, усаживает ребенка к себе на колени лицом к лицу, берет руки ребенка в свои (руки согнуты в локтях) и начинает имитировать ход часов — осуществляет ритмичные движения вперед-назад, увлекая за собой ребенка.

— Часики тикают: «тик-так! Тик-так!»

Эту же игру можно проводить, поочередно сменяя ритм, — часики | могут тикать медленно и быстро.

Догоню-догоню!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта; развитие движений.

Ход игры: Педагог предлагает ребенку поиграть в догонялки.

—Давай играть в догонялки: ты убегай, а я буду тебя догонять!
Догоню-догоню!

Ребенок убегает, а взрослый догоняет его. При этом не стоит спешить — дайте возможность малышу побегать, почувствовать себя быстрым и ловким. Затем педагог ловит ребенка — обнимает его, тормошит. Следует учесть, что эта игра эмоционально напряжена, содержит для ребенка элемент риска. Кроме этого, в ходе игры возникает тесный телесный контакт.

Поэтому можно предложить малышу такую игру, когда уже есть определенная степень доверия между ним и взрослым. А если малыш испугался, не нужно настаивать — попробуйте в другой раз.

Ладушки.

Ход игры: Педагог предлагает ребенку послушать потешку и похлопать в ладоши.

—Давай похлопаем в ладоши—вот так.

Ладушки-ладушки! Педагог вместе с ребенком хлопает в ладоши.

—Где были?

— У бабушки!

— Что ели?

—Кашку!

— Что пили?

—Бражку!

Кашку поели,

Бражку попили!

Ш-у-у-у, полетели,

На головку сели! На последних строчках помашите кистями рук, как крыльями, затем мягко опустите ладони на голову малыша.

Сорока-белобока

Ход игры: Педагог берет руку ребенка в свою руку и начинает читать потешку, сопровождая текст движениями.

Сорока-белобока
Кашку варила,
Деток кормила:
Этому дала, этому дала,
Этому дала, этому дала,
А этому не дала:
Ты, сынок, мал,
Нам не помогал,
Тебе каши не дадим.

Педагог круговыми движениями водит пальчиком ребенка по его ладошке — «мешает кашку». При словах «этому дала» загибайте поочередно пальчики ребенка, начиная с мизинца. При словах «а этому не дала» поверните большой палец ребенка и пощекочите его ладошку.

Коза рогатая

Ход игры: Педагог проговаривает текст потешки, сопровождая ее движениями.

Идет коза рогатая,
Идет коза бодатая,
Ножками топ-топ!
Глазками хлоп-хлоп:
«Кто каши не ест,
Кто молока не пьет,
Того забодаю,
Забодаю, забодаю!»

Сожмите пальцы правой руки, выставив вперед только указательный палец и мизинец — получилась «коза» с рожками. Приговаривая, то приближайте, то удаляйте «козу». При словах «забодаю», «пободайте» ребенка.

**12. Примерный перечень литературы для чтения детям 2 – 3 лет
в соответствии с ФОП ДО**



13. Список литературы

1. Адаптация ребенка к детскому саду: советы педагогам и родителям: сборник / сост. А. С. Русаков. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011. – 128 с.
2. Адаптация ребенка к условиям детского сада: упр. процессом, диагностика, рекомендации / авт.-сост. Н. В. Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2010. – 188 с.
3. Айсина, Р. Социализация и адаптация детей раннего возраста /Р. Айсина, В. Дедкова, Е. Хачатурова Е //Ребенок в детском саду. – 2003. – № 6. – С. 46-51.
4. Варпаховская, О. Зеленая дверца: первые шаги в общество /О. Варпаховская // Ребенок в детском саду. – 2005. – № 1. – С. 30-35.
5. Васильева, Е. Эмоциональные проблемы у детей в период адаптации к дошкольному учреждению /Е. Васильева // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 10. – С. 45-46
6. Галигузова, Л. Н. Ступени общения: от года до шести лет /Л.Н. Галигузова, Е. О. Смирнова. – М.: Интор, 2006. – 160 с.
7. Галигузова, Л. Н. Формирование потребности в общении со сверстниками в раннем возрасте / Л. Н. Галигузова // Вопросы психологии. – 1985. – № 5. – С. 46-53.
8. Григорьева, А. Игра как способ адаптации детей дошкольного возраста [Текст] / А. Григорьева // Воспитание дошкольников. – 2010. – № 3. – С. 51-52.
9. К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина. Диагностика развития детей раннего возраста. Развивающие игры и занятия.М : ТЦ Сфера, 2017. 80 с.(От рождения до трех)
10. Севостьянова Е.О. Дружная семейка: Программа адаптации детей к ДООУ. ТЦ Сфера, 2007. 128 с.
11. Белкина Л.В. //Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ. – Воронеж: Учитель, 2006