Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение,

детский сад общеразвивающего вида № 4 №4

Создание комфортных условий адаптации при поступлении ребенка в ДОУ

Воспитатель:

Заболотняя Татьяна Евгеньевна

г.Батайск

Содержание

Введение……3

Глава 1. Теоретическая часть ……4

1.1. Раннее детство (1 – 3 года)……4

1.2. Адаптация ребёнка в детском саду……..10

1.3. Как помочь ребёнку в период адаптации…….13

1.4. Подготовка детей к поступлению в ДОУ……19

Глава 2. Практическая часть

2.1. Организация жизнедеятельности детей

в период адаптации к ДОУ. ……27

2.1. Определение поведенческой реакции ……32

2.3.Создание эмоционально благоприятной

атмосферы в группе……..37

2.4.Формирование чувства уверенности в окружающем…..40

Заключение ……49

Литература ……....52

Приложение ……...53

Введение

“Детство — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира — от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш”.

В.А. Сухомлинский

Проблема детского сада — хорошо это или плохо, отдавать ребенка или не отдавать — рано или поздно возникает в каждой семье. Актуальность проблемы почти не зависит от уровня благосостояния семьи и от занятости родителей, каждый из которых имеет свой собственный опыт и свое личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

Вне всякого сомнения, принятие решения родителями во многом определяется вышеупомянутым личным опытом. Тем не менее, посещение детского сада имеет свои плюсы и минусы, определенные не с точки зрения конкретных мамы и папы, а с точки зрения науки, точнее, наук — педагогики, медицины, психологии, социологии.

С точки зрения науки в целом детский сад однозначно рассматривается как фактор положительный, абсолютно необходимый для полноценного воспитания. И с этим нельзя не согласиться, потому что человек с незапамятных времен — существо коллективное. Искусство общения с другими членами сообщества во многом определяет всю жизнь человека. Этому, несомненно, стоит учиться с детства — никакая семья, никакие гувернантки, никакие неработающие бабушки не в состоянии заменить детский сад.

Глава 1. Теоретическая часть

1.1. Раннее детство (1 – 3 года)

В этом возрасте происходит разделение линий психического развития мальчиков и девочек. Им присущи разные типы ведущей деятельности. У мальчиков на основе предметной деятельности формируется ***предметно-орудийная.*** У девочек на основе речевой деятельности – ***коммуникативная*** .

Предметно-орудийная деятельность включает манипуляцию с предметами, зачатки конструирования, в результате чего у мужчин лучше развито отвлеченное, абстрактное мышление.

Коммуникативная деятельность предполагает освоение логики человеческих отношений. Большинство женщин обладает более развитым, чем у мужчин, социальным мышлением, сфера проявления которого – общение людей. У женщин тоньше интуиция, такт, они более склонны к эмпатии.

Ориентация мальчиков и девочек на разные типы деятельности задана социально, вследствие культурных образцов. На самом деле между малышами мужского и женского пола больше сходства, чем различий. Различия появляются позже. В основном же мальчики и девочки развиваются параллельно и проходят одинаковые этапы.

Так, к трем годам у детей складываются следующие **новообразования возраста**: начатки самосознания, развитие Я-концепции, самооценка. Ребенок проделывает 90% работы по усвоению языка. За три года человек проходит половину пути своего психического развития.

Первые представления о себе возникают у ребенка к году.

Это представления о частях своего тела, но обобщить их малыш пока не может. При специальном обучении взрослыми к полутора годам ребенок может узнавать себя в зеркале, осваивает идентичность отражения и своей внешности.

К 3 годам – новый этап самоидентификации: с помощью зеркала ребенок получает возможность формировать свое представление о себе настоящем.

Трехлетний малыш интересуется всем, с ним связанным, например, тенью. Начинает использовать местоимение "я", усваивает свое имя, пол. Идентификация с собственным именем выражается в особом интересе к людям, которые находятся вокруг него, с кем происходит наиболее активное общение.

Возникновение самосознания. К трем годам ребенок проявляет начатки самосознания, у него развивается притязание на признание со стороны взрослых. Положительно оценивая те или иные действия, взрослые придают им привлекательность в глазах детей, пробуждают в детях желание заслужить похвалу, признание.

Усвоение языка. Словарный запас детей 1,5 лет обычно содержит около 10 слов, в 1,8 – 50 слов, в 2 года – примерно 200. К трем годам словарный запас составляет уже 900 – 1000 слов. Установлена прямая зависимость между качеством языковой стимуляции в домашнем окружении и развитием речи ребенка в 3 года.

Критическим периодом в развитии детской речи является, по мнению исследователей, возраст от 10 месяцев до 1,5 лет. Именно в это время нужны спокойные и развивающие игры и нежелательны стрессы.

Умственное развитие

Главным стимулом совершенствования умственной деятельности у детей является их чувственно-двигательная активность. Дети 1-2 лет находятся в первом (сенсомоторном) периоде умственного развития, который Пиаже разделил на 6 стадий. 4 из них ребенок проходит до года .

5 стадия – третичные круговые реакции (1 – 1,5 лет) – экспериментирование с предметами. Цель экспериментов – в них самих: малыши любят наблюдать, как ведут себя предметы в новых ситуациях. На смену рефлекторному поведению приходит истинно мыслительная деятельность: ребенок ищет новые способы взаимодействия с неизвестными ранее предметами.

6 стадия (1,5 – 2 года). Появление символического мышления, то есть способности по запечатленным в мозгу психологическим образам (символам предметов) воспринимать их в тот или иной момент. Теперь ребенок может проделывать операции не с реальными, а с идеальными предметами. Ребенок становится способным решать простейшие задачи в уме, не прибегая к методу проб и ошибок. Физические действия способствуют успешной работе мышления.

Для восприятия внешнего мира на данной стадии умственного развития характерен **эгоцентризм**. Ребенок 1,5 – 2 лет уже осознает свою обособленность, отделенность от других людей и предметов, а также понимает, что некоторые события могут происходить и независимо от их желаний. Однако продолжает считать, что все видят мир так же, как и он. Формула восприятия младенца: "Я центр вселенной", "Весь мир вращается вокруг меня".

Страхи

У детей от 1 до 3 лет больший диапазон страхов, чем у младенцев. Это объясняется тем, что с развитием их способностей восприятия, а также

умственных способностей расширяются и рамки жизненного опыта, из которого черпается все новая и новая информация. Замечая, что некоторые объекты могут исчезать из их поля зрения, дети боятся, что и сами они могут исчезнуть. Они могут опасаться водопроводных труб в ванной и туалете, думая, что вода может унести их с собой. Маски, парики, новые очки, кукла без руки, медленно сдувающийся воздушный шарик – все это может вызвать страх. У некоторых детей может возникать страх перед животными или движущимися машинами, многие боятся спать в одиночестве.

Обычно страхи исчезают со временем сами по мере освоения ребенком более тонких способов мышления. Чрезмерная раздражительность, нетерпимость, гнев родителей могут лишь усугубить детские страхи и способствовать появлению у ребенка чувства отверженности. Чрезмерная родительская опека тоже не избавляет ребенка от страха. Более эффективным способом является постепенное приучение их к общению с предметами, вызывающими страх, а также наглядный пример.

Базовая потребность возраста

Если в младенческом возрасте потребность в безопасности была насыщена, то актуализируется **потребность в любви** . Дети в возрасте от 1 до 3 лет все еще зависят от родителей, они постоянно хотят чувствовать физическую близость отца и матери. Важное значение приобретает тактильный контакт. Ребенок осваивает язык ощущений и жестов.

Кризис 3- х лет

На подходе к кризису присутствует четкая когнитивная симптоматика:

- острый интерес к своему изображению в зеркале;
- ребенок озадачивается своей внешностью, заинтересован тем, как он выглядит в глазах других. У девочек интерес к нарядам;
- мальчики начинают проявлять озабоченность своей эффективностью, например, в конструировании. Остро реагируют на неудачу.

Кризис 3-х лет относится к числу острых. Ребенок неуправляем, впадает в ярость. Поведение почти не поддается коррекции. Период труден как для взрослого, так и для самого ребенка. Симптомы называют **семизвездием кризиса 3 лет.**

Негативизм – реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идет от взрослых. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию.

Упрямство . Ребенок настаивает на чем-то не потому, что хочет, а потому, что **он** этого потребовал, он связан своим первоначальным решением.

Строптивость. Она безлична, направлена против норм воспитания, образа жизни, который сложился до трех лет.

Своеволие. Стремится все делать сам.

Протест-бунт. Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими.

Симптом обесценивания проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей.

Деспотизм. Ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

Кризис протекает как кризис социальных отношений и связан со становлением самосознания ребенка. Появляется позиция **"Я сам".** Ребенок познает различие между "должен" и "хочу".

Если кризис протекает вяло, это говорит о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности. У детей начинает формироваться воля, которую Э.Эриксон назвал автономией (независимостью, самостоятельностью). Дети перестают нуждаться в опеке со стороны взрослых и стремятся сами делать выбор. Чувство стыда и неуверенности

вместо автономии возникают тогда, когда родители ограничивают проявления независимости ребенка, наказывают или высмеивают всякие попытки самостоятельности.

Зона ближайшего развития ребенка состоит в обретении "могу": он должен научиться соотносить свое "хочу" с "должен" и "нельзя" и на этой основе определить свое "могу". Кризис затягивается, если взрослый стоит на позиции "хочу" (вседозволенность) или "нельзя" (запреты). Следует предоставить ребенку сферу деятельности, где бы он мог проявлять самостоятельность.

Эта сфера деятельности – в игре. Игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, служит для ребенка тем "безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность" (Э.Эриксон).

1.2.Адаптация ребёнка в детском саду

С приходом ребенка 3—4 лет в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения.

Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него ***стрессовую ситуацию*****,** которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.).

Повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения (с 1,5 до 3 лет), с одной стороны, и повышение образовательной нагрузки в дошкольном учреждении — с другой, делают проблему привыкания младшего дошкольника к условиям детского сада особенно актуальной.

Традиционно под ***адаптацией*** понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

К сожалению, проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах (“Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях” / Под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, А. Атанасовой-Буковой.— М., 1980), было выделено **три фазы адаптационного процесса:**

1) острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению

веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

2) подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3—5 месяцев);

3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Различают **три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:**

• ***легкая адаптация*** — сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

• ***адаптация средней тяжести*** — сдвиги нормализуются в течение мясяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;

• ***тяжелая адаптация*** длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Необходимо помочь руководителям дошкольных учреждений, воспитателям, детским психологам в организации адаптационного периода, дать практические рекомендации, в том числе сценарии занятий, призванные облегчить эту сложную работу, особенно на первоначальном этапе.

1.3. Как помочь ребёнку в период адаптации

Поступление ребенка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций (динамического стереотипа) крохи, приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни.

На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояние здоровья, степень закаленности, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей. Дети, имеющие отклонения в этих сферах труднее адаптируются к новым микросоциальным условиям. У них может развиваться эмоционально-стрессовая реакция, приводящая к нарушению здоровья. Для профилактики подобных реакций необходима организация медико-психолого-педагогического сопровождения детей в период их подготовки и адаптации к пребыванию в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ). В этой работе выделяются следующие направления:

- подготовка детей к поступлению в ДОУ и прогнозирование адаптации к нему;
- организация жизнедеятельности детей в период адаптации;
- контроль за состоянием здоровья детей в период адаптации и коррекция возникающих нарушений.

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребенка? Будет ли ему хорошо в детском саду? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми. До этого все

происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребенка в детском саду?

Это волнение усугубляется, если ребенок не хочет расставаться с привычным и близким, отказывается порой идти в группу. Мамы или проникаются еще большим сочувствием к ребенку, порой в ущерб интересам воспитателей, или, стараясь не реагировать на слезы и просьбы сына, дочери, молча ведут их в детский сад.

Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

Причины могут быть самыми разными:

- отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского учреждения;
- наличие привычек (сосание соски, укачивание при укладывании);
- неумение занять себя игрушкой;
- несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др.

Однако главной и основной причиной такого поведения является отсутствие у ребенка опыта общения со взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был сужен до минимума (мама — ребенок, бабушка — ребенок), ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта весьма затруднительно для таких детей. Чем

более узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяют характер поведения.

Когда у ребенка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться от всех. Такой ребенок, если у него есть положительный опыт общения с посторонними взрослыми, льнет к воспитателю, заглядывает ему в глаза, хочет убедиться в постоянной поддержке.

Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения со взрослыми и сверстниками, составляют самую благоприятную группу по характеру поведения, и привыкают они к детскому саду сравнительно быстро.

В процессе общения ребенок познает окружающее, узнает, как действовать в той или иной обстановке, учится устанавливать взаимоотношения со взрослыми и детьми. А главное, в общении он узнает себя, границы своих возможностей. Поэтому чем шире у ребенка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот, чем меньше опыт ребенка, тем ему труднее.

Общение ребенка связано с игрой, учебой, трудом, оно воспринимается как само собой разумеющийся процесс. Поэтому взрослые учат ребенка играть, учиться, трудиться и довольно редко учат умению общаться.

Научить ребенка вступать в общение со взрослыми и детьми — важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение.

Особое значение в период привыкания ребенка к условиям общественного воспитания имеют и такие факторы, как привычка к режиму, уровень культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и т.

д. На это следует обращать постоянное внимание в семье. К концу первого года жизни у ребенка необходимо сформировать умение садиться на стул, самостоятельно пить из чашки. С 1 года 2 месяцев необходимо учить ребенка пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, разнообразные блюда, хорошо пережевывать пищу, после еды задвигать свой стул. Ребенок должен активно участвовать в раздевании, умывании.

С 1 года 6 месяцев ребенка надо приучать самостоятельно мыть руки, есть, соблюдая во время еды чистоту, пользоваться салфеткой, снимать расстегнутую и развязанную взрослым одежду, называть предметы одежды. К 2 годам он должен знать свое место за столом, место для полотенца и одежды, спокойно сидеть за столом, тихо вести себя за столом и в спальне.

Очень трудно дается детям перенос сформированных навыков в новую обстановку. В связи с этим при поступлении в детское учреждение наблюдается временная их утрата.

Поэтому необходимо не только упражнять детей в применении сформированных навыков, но и контролировать выполнение бытовых правил в разных ситуациях, пояснять их значение.

Дети, у которых в соответствии с возрастом сформированы и навыки общения, и культурно-гигиенические навыки, быстро и безболезненно привыкают к условиям общественного дошкольного воспитания, успешно развиваются умственно и нравственно, растут крепкими и здоровыми.

О развитии ребенка, поступающего в дошкольное учреждение, можно судить по основным бытовым навыкам.

В 1 год 6 месяцев ребенок:

- держит в кулачке ложку, ест (частично) жидкую и полужидкую пищу, пьет из чашки (почти не проливая);
- отрицательно относится к нарушению опрятности;

- сообщает о физиологических потребностях;
- спокойно относится к умыванию. В 1 год 9 месяцев ребенок:
- самостоятельно ест любую пищу (в том числе и с хлебом) из своей тарелки;
- самостоятельно снимает (стягивает) шапку и обувь, частично одевается (натягивает шапку, надевает туфли);
- обращает внимание на грязное лицо и руки;
- контролирует физиологические потребности;
- проявляет стремление к самостоятельным действиям;
- знает места хранения одежды, игрушек и других вещей.

В 2 года ребенок:

- ест аккуратно, не облизываясь;
- при умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого;
- самостоятельно одевается (натягивает носки, шапку, обувь при незначительной помощи взрослого), частично раздевается;
- знает места хранения одежды, обуви, игрушек и посуды;
- пользуется носовым платком (при напоминании);
- контролирует физиологические потребности. В 2 года 6 месяцев ребенок:
- одевается и раздевается с незначительной помощью взрослого;
- расстегивает и застегивает од ну-две пуговицы. В 3 года ребенок:
- одевается с незначительной помощью взрослого, а раздевается самостоятельно;
- складывает свою одежду перед сном;
- застегивает несколько пуговиц, завязывает (связывает) шнурки;
- знает назначение многих предметов и их местонахождение;
- выполняет поручения из двух-трех действий (отнеси, поставь, принеси);
- умеет мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем;

- замечает беспорядок в своей одежде, пользуется носовым платком;
- регулирует свои физиологические потребности;
- вытирает обувь при входе в квартиру;
- аккуратно ест, правильно держит ложку, пользуется салфеткой;
- не выходит из-за стола до конца еды и не мешает за столом другим;
- говорит слова благодарности, здоровается, прощается.

1.4. ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДОУ

Лучшим периодом года для поступления в ДОУ считается конец августа – начало сентября. В это время у ребенка имеется естественная закаленность, запас витаминов; к тому же дети из уже сформированных групп за лето отвыкли друг от друга, и новому ребенку легче завести друзей, программы занятий только начинаются, роста простудной заболеваемости еще нет. Подготовка детей к поступлению в ДОУ должна начинаться не позднее чем за 6 месяцев до этого. За 2 месяца до поступления в ДОУ проводятся профилактические осмотры детей врачами: офтальмологом, неврологом, отоларингологом, хирургом-ортопедом, стоматологом, участковым педиатром и логопедом (для детей от 3 лет). По показаниям ребенок должен быть осмотрен и другими специалистами.

По результатам осмотров врачей проводятся лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия, оформляется эпикриз для ДОУ с комплексной оценкой здоровья, указанием прогноза адаптации, рекомендациями на период адаптации по режиму дня, питанию, физическому воспитанию и закаливанию.

Обязательным этапом подготовки ребенка является гигиеническое обучение родителей. Возможна организация родительских конференций по темам «Подготовка детей к поступлению в ДОУ», «Особенности течения адаптации к ДОУ и профилактика нарушений здоровья в это период», оформление памяток, сайтов.

Родители должны знать о важности постепенного и заблаговременного (хотя бы за 2–3 недели до поступления) перевода ребенка на режим дня, аналогичный режиму ДОУ, введения в рацион питания блюд и продуктов, используемых там. Учитывая важную роль белков и витаминов (особенно группы В) в приспособительных реакциях детей, следует обратить внимание родителей на качество детского питания. У детей с неблагоприятным прогнозом адаптации за 3–4 недели до поступления в ДОУ рекомендуется

увеличить на 10–15% возрастную норму содержания белков в суточном рационе, обязательно также использование йодированной соли .

Следует подчеркнуть необходимость формирования у ребенка навыков самообслуживания (самостоятельный прием пищи, одевание, пользование горшком, мытье рук и умывание). Для облегчения адаптации ребенка к детскому коллективу рекомендуются прогулки и игры совместно с другими детьми, посещение групповых занятий, участие в детских коллективных мероприятиях.

Если ребенок, поступающий в ДОУ, уже способен к речевому общению, следует рекомендовать родителям проводить с ним беседы о поступлении в детское учреждение. В этих беседах необходимо подчеркивать, что родители по-прежнему любят ребенка, а он уже стал большой, многому научился, и будет ходить (как и взрослые) на «работу», помогая им. Возможность посещать детский сад должна подаваться как нечто важное и значительное. Можно почитать малышу книжки о ребятах в детском саду, поиграть в детский сад, сходить туда на «День открытых дверей». Ни в коем случае нельзя пугать детским садом и показывать свою тревогу и обеспокоенность. Родителям можно рекомендовать научно-популярную литературу по данному вопросу .

ПРОГНОЗ АДАПТАЦИИ

При прогнозировании течения адаптации следует учитывать, что привыкание детей к новым условиям особенно затруднено с 9 до 18 месяцев.

Этот период жизни характеризуется установлением прочного динамического стереотипа, однако способность к его перестройке у ребенка ограниченна. Кроме того, необходимо учитывать, что на 3-м году жизни ребенок вступает в критический период нервно-психического развития, известный как «кризис 3 лет, или кризис самости», связанный с формированием эго-системы. В случае выраженных проявлений кризиса (упрямства, агрессивности, негативизма) способность к адаптации ребенка

также снижается. **Оптимальным возрастом для поступления в дошкольное учреждение большинство специалистов считает 4 года.** Научными исследованиями установлены и другие прогностические признаки затруднения адаптации .

Для детей ясельного возраста:

- частые заболевания матери во время беременности;
- несоответствие домашнего режима ясельному;
- возраст ребенка от 9 до 18 месяцев;
- токсикоз 2-й половины беременности у матери;
- асфиксия при рождении;
- низкий культурный и образовательный уровень семьи;
- злоупотребление родителей алкоголем;
- конфликтные отношения между родителями;
- отставание ребенка в нервно-психическом развитии;
- раннее (с 4 месяцев) искусственное вскармливание;
- рахит 2–3-й степени;
- наличие хронических заболеваний и морфофункциональных отклонений (2–3-я группа здоровья);
- масса тела при рождении менее 2500 г и более 4000 г;
- содержание гемоглобина менее 116 г/л.

Для детей **дошкольного возраста:**

- частые (более 4 раз в году) простудные заболевания;
- неудовлетворительная адаптация к яслям;
- злоупотребление родителей алкоголем;
- конфликтные отношения между родителями;
- неправильное домашнее воспитание;
- отсутствие или задержка освоения ролевых игр и навыков самообслуживания;
- мужской пол ребенка;

- низкий культурный и образовательный уровень семьи;
- осложнения в родах;
- масса тела при рождении менее 2500 г;
- отклонения в физическом и психическом развитии.

При наличии у ребенка четырех и более факторов риска (особенно из первой половины перечня) наиболее вероятно неблагоприятное течение адаптации. Дети с неблагоприятным прогнозом адаптации должны быть взяты под наблюдение педиатра (старшей медицинской сестры) и психолога ДОУ с первых дней посещения учреждения.

КОНТРОЛЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Контроль за поведением и здоровьем ребенка в период адаптации осуществляется с первого дня его пребывания в ДОУ. Медицинский персонал на каждого малыша заводит «Лист наблюдения за адаптацией», который заполняется педагогами-воспитателями и медицинскими работниками .

Наблюдение за адаптацией детей осуществляется по следующим критериям:

1. Эмоционально-поведенческие реакции. Контроль проводит педагог-воспитатель в ясельных группах ежедневно, а у дошкольников – 1 раз в 3 дня (то есть на 3-й, 6-й, 9-й и т.д. дни пребывания в ДОУ). Оцениваются следующие поведенческие реакции: снижение настроения, социальные контакты, игровая и познавательная деятельность, выполнение дисциплинарных требований, наличие агрессии, страха, двигательная активность, сон, аппетит. Разработаны специальные шкалы для оценки этих реакций в баллах, однако для упрощения оценки можно пользоваться отметками «отклонений не выявлено», «отклонения незначительные», «отклонения умеренно выражены», «отклонения сильно выражены». После каждой оценки воспитателя медицинская сестра анализирует результаты, выявляет

детей, имеющих отрицательные оценки или их значительное снижение, и информирует об этом психолога.

2. Пограничные нервно-психические расстройства, невротические реакции (беспричинные боли в животе, энурез, нарушение сна, тики, сосание пальца, обгрызание ногтей, страхи). Их активное выявление проводится воспитателями, наблюдающими за детьми, и по результатам анкетирования родителей. Для этого разработан специальный опросник для родителей .
3. Динамика нервно-психического развития (используется у детей ясельного возраста; проводится педиатром или психологом 1 раз в неделю).
4. Динамика массы тела. Взвешивание проводит медицинская сестра у детей ясельного возраста 1 раз в 3 дня, у дошкольников – 1 раз в неделю.
5. Динамика уровня гемоглобина. Проводится по назначению педиатра в лаборатории поликлиники.
6. Частота острых респираторных заболеваний и обострений хронических болезней. Учитывается медицинской сестрой на основании данных справок о перенесенных заболеваниях.

Медицинская сестра ДОУ еженедельно должна анализировать листы адаптации и выделять детей, имеющих отклонения по вышеперечисленным критериям. Эти дети консультируются педиатром и психологом, а по показаниям – и другими специалистами. Анализ оценки течения адаптации детей в ДОУ проводит заведующий.

Адаптация считается ***благоприятной***, если эмоционально-поведенческие реакции были слабо выраженными и нормализовались в течение 20 дней у дошкольников и 30 дней – у детей ясельного возраста; невротических реакций не наблюдалось или они были слабо выраженными и прошли в течение 1–2 недель без специальной коррекции, потери массы тела не наблюдалось; за период адаптации у дошкольника не было простудных

заболеваний, а ребенок раннего возраста перенес не более одного простудного заболевания в легкой форме.

Условно благоприятной считается адаптация с умеренно выраженными эмоционально-поведенческими реакциями и симптомами невротизации, потребовавшими коррекции, с потерей массы до 150 г, 1–2 простудными заболеваниями в легкой форме. У детей раннего возраста допускается временный регресс нервно-психического развития не более чем на 1 эпикризный срок. Продолжительность адаптационного периода – не более 45 дней для дошкольников и 75 дней для детей ясельного возраста. В случае более выраженных изменений или затягивания сроков адаптации ее течение оценивается как ***неблагоприятное.***

Для ребенка с затрудненной адаптацией к ДОУ рекомендуется пребывание дома в среду или четверг, индивидуальные занятия с психологом, использование рисования, сказкотерапии и игротерапии для коррекции эмоциональных нарушений . Важную роль в успехе реабилитации таких детей играет семейное психологическое консультирование.

Для детей со сниженным иммунитетом рекомендуется использовать растительные адаптогены (элеутерококк, аралия, китайский лимонник) в виде настоя или экстракта из расчета разовой дозы 1–2 капли на год жизни (но не более 10 капель) 2–4 раза в день (развести в молоке), курс – 10–15 дней. Использование адаптогенов не рекомендуется детям с гипертоническими реакциями, нарушениями сна и гиперактивностью.

Для повышения неспецифической резистентности рекомендуется прием аскорбиновой кислоты и витаминов А и Е в профилактической дозе в течение 10–15 дней с учетом возраста и сопутствующих заболеваний ребенка. Рекомендуется использование таких физиотерапевтических процедур, как массаж в осенне-зимний период. В занятия по физическому

воспитанию следует включать элементы ЛФК (дыхательные упражнения, постуральный дренаж, вибрационный массаж грудной клетки).

Помогает адаптации к ДОУ ароматерапия. Имеются положительные результаты по действию фитонцидов в виде аэрозолей эфирных масел мяты, лаванды, аниса, каланхоэ, эвкалипта с помощью прибора «Оритон» . Однако ароматерапия должна проводиться по назначению педиатра и строго индивидуально с использованием препаратов, имеющих санитарно-эпидемиологическое заключение.

Естественным регулятором состояния воздушной среды являются комнатные растения, которые обладают бактериостатическим действием, оптимизируют состав воздуха, повышают содержание кислорода.

При использовании комнатных растений следует размещать их так, чтобы не ухудшалась инсоляция и освещенность в групповых помещениях. На подоконниках не следует размещать широколистные цветы, высота цветов не должна превышать 15 см (от подоконника). Более высокие растения рекомендуется размещать в подвесных (на стене) или напольных цветочницах высотой 65–70 см от пола .

С целью нормализации метаболических процессов в центральной нервной системе рекомендуется применение витаминов в профилактической дозе на протяжении 10–15 дней. Индивидуально по назначению педиатра (с учетом аллергических реакций) возможно использование кислородно-витаминных коктейлей, поливитаминных препаратов. Необходимо следить за соблюдением рационов питания, разработанных для ДОУ, так как в них подобрано оптимальное соотношение пищевых веществ, витаминов и микроэлементов для детей различного возраста.

В случае диагностики неблагоприятного течения адаптации ребенок должен быть поставлен на диспансерный учет, а при невозможности посещения ДОУ медико-психологическая реабилитация должна быть продолжена в поликлинике по месту жительства. После ее завершения

можно попытаться записать ребенка в другое ДОУ либо в группу кратковременного пребывания детей, либо организовать воспитание в учреждениях дополнительного образования с учетом возраста ребенка. Сведения о неблагоприятной адаптации к яслям и детскому саду обязательно должны быть отражены в выписном эпикризе при поступлении в школу, так как это является фактором риска нарушения адаптации к школе.

Анализ эффективности всей системы профилактических мероприятий по предупреждению нарушений адаптации в ДОУ рекомендуется осуществлять по следующим показателям: число детей с различными видами адаптации; сравнение данных прогноза и реальной адаптации. Эти показатели следует анализировать по отдельным возрастным группам и в динамике работы ДОУ.

Предупреждение нарушений адаптации детей к пребыванию в ДОУ является важным мероприятием по сохранению и укреплению здоровья детей, их социализации и возможно только при совместном участии в этой работе администрации ДОУ, медицинского и педагогического персонала, а также родителей.

Глава 2. Практическая часть

2.1.ОРГАНИЗАЦИЯ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДОУ

Первичный прием ребенка в ДОУ должен проводиться педиатром, психологом и педагогом-воспитателем учреждения. При этом уточняются сведения по анамнезу жизни, состоянию здоровья, особенностям воспитания и поведения ребенка, назначаются необходимые медико-педагогические мероприятия. Целесообразно оформление стенда «Облегчение адаптации ребенка к ДОУ», создание индивидуальных памяток для родителей.

Работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад.

Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду.

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 мамами.

Задача воспитателя — успокоить прежде всего взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить 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.

Для облегчения адаптации необходимо постепенное формирование групп вновь поступающими детьми (не более 3 детей в неделю), укороченное пребывание ребенка в ДОУ (начиная с 2–3 часов) с постепенным увеличением на 1–2 часа в день в зависимости от поведения малыша.

Психологи рекомендуют следующую примерную схему: первый, второй день – пребывание 2–3 часа. Советую родителям прийти к дневной прогулке, погулять вместе со всеми и уйти домой обедать. Находиться с ребенком в группе, кормить его там, а тем более укладывать спать не рекомендуется. Малыш должен знать, что в детском саду этим занимается воспитатель. На третий-шестой «садовские» дни рекомендую забирать ребенка сразу после обеда, до сна. Лучше рассчитать время так, чтобы прийти до окончания обеда и подождать в раздевалке, не показываясь малышу. Со вторника 2-й недели малыша следует забирать домой в полдник. И лишь с 3-й недели можно оставлять ребенка в саду на целый день. Предложенную схему изменяю в зависимости от течения адаптации ребенка.

Формирующиеся группы в первую очередь обеспечены помощниками воспитателей, чтобы у педагога оставалось больше времени на работу с детьми. В период адаптации обязательно сохраняются привычные для ребенка способы кормления, укладывания спать. Дети приносят в сад любимую игрушку, кружку, пижаму и т.д. Считаю необходимым временное сохранение привычных для ребенка приемов воспитания, даже в том случае, если они противоречат установленным в ДОУ правилам, это помогает облегчить адаптацию. Для предупреждения формирования у малыша защитно-оборонительных реакций не стоит насильно кормить его и укладывать спать, проводить какие-либо травмирующие или непривычные

для ребенка процедуры – стричь ногти, волосы, полоскать горло, чистить зубы, выполнять закаливающие процедуры.

Организация игровой деятельности в первые дни ближе к взрослому, в стороне от детей, это помогает ребенку привыкнуть к новому фактору – большому количеству сверстников – и удовлетворить чрезвычайно острую в период адаптации потребность в эмоциональном контакте со взрослыми. Удовлетворению этой потребности также хорошо помогает частое ласковое обращение к ребенку, общение «лицом к лицу», периодическое пребывание малыша на руках, тактильный контакт (поглаживание, ласковые прикосновения). Если ребенок очень привязан к маме, сильно плачет, отказывается есть, то рассматриваю вопрос о ее кратковременном присутствии (при соблюдении санитарно-противоэпидемического режима) в первые 3–4 дня в группе.

Стараюсь обеспечить состояние теплового комфорта (одевать малыша так, как он привык дома, следить за появлением симптомов переохлаждения или перегревания), чаще предлагать ребенку теплое питье (учитывая повышенное мочеиспускание и слезоотделение), на физкультурных занятиях следить за реакцией крохи, не настаивать на обязательном выполнении упражнений.

Если в период адаптации малыш перенес какое-либо заболевание, то после полного выздоровления он нуждается в постепенном увеличении времени пребывания в ДОУ. Облегчают адаптацию ребенка музыкальные занятия, функциональная музыка (музыкальное сопровождение таких режимных моментов, как отход ко сну, подъем, прогулка, зарядка, физкультурное занятие) и рисование. Родителям советую в период нахождения ребенка вне ДОУ увеличить объем двигательной активности (желательно в виде совместных прогулок и игр) и снизить объем новых впечатлений (хождение в гости, театры, просмотр телепередач, игры на компьютере).

В большинстве случаев поступление ребенка в ДОУ сопровождается проблемой его адаптации к новым нормам и правилам жизни, и далеко не все дети успешно с ней справляются. Возникновение у ребенка так называемого “адаптационного синдрома” является прямым следствием его психологической неготовности к выходу из семьи. Как родители, так и воспитатели параметрами готовности ребенка к поступлению в детский сад считают владение навыками самообслуживания и привычку к режиму дня, приближенному к детсадовскому.

Вопрос же о том, в какой мере ребенок готов к разлуке с матерью, к установлению контактов с новыми незнакомыми детьми и взрослыми, к принятию и соблюдению достаточно сложных и не всегда понятных для ребенка социальных норм и правил поведения, родителями даже не обсуждается. Более того, нередко родители, отмечая у своего ребенка слабое развитие навыков общения, стремятся отдать его в детский сад именно для того, чтобы он этому научился.

Такая “учеба” зачастую оборачивается тяжелыми переживаниями самого ребенка, слезами и обидами других детей, претензиями и замечаниями воспитателей. Наблюдения за детьми в детском саду свидетельствуют о том, что ребенок. Не владеющий навыками самообслуживания, но психологически готовый к вступлению в более широкий круг социальных отношений, привыкает к детскому саду значительно быстрее и безболезненнее, чем его сверстник, умеющий сам есть и одеваться, но не знающий, как подойти или обратиться к незнакомому для него взрослому или другому ребенку.

В целом проблема психологической неготовности ребенка к “выходу” из семьи представляется не менее важной, чем проблема готовности к школьному обучению. Игнорирование ее порождает в дальнейшем так называемого “несадовского” (а потом и “нешкольного”) ребенка, не умеющего и не желающего принять иные, чем в семье, социальные нормы и

выдвигающего в качестве защитного механизма бесконечные соматические заболевания.

Наблюдения показали, что в младшем дошкольном возрасте (3 - 5 лет) мальчики хуже адаптируются к новым социальным условиям, чем девочки. Таким образом, в младшем дошкольном возрасте мальчики более уязвимы в плане социальной адаптации, чем девочки, поскольку в период наиболее интенсивного эмоционального развития они в большей степени привязаны к матери и более ранимо реагируют на разлуку с ней, чем девочки.

По наблюдениям средний срок адаптации, если она возникает, в норме составляет в яслях 7 - 10 дней; в детском саду (в 3 года) - 2 - 3 недели. Из этих цифр видно удлинение адаптации по мере взросления детей.

Наблюдая за процессом адаптации и внося данные в специальную таблицу, я сделала вывод о результате адаптации каждого ребенка, учитывая что успешность адаптации проявляется в поведенческих реакциях и в продолжительности адаптационного периода. (См. Приложение)

Выделяю четыре основных фактора **поведенческой адаптации:**

- эмоциональное состояние ребенка;
- социальные контакты ребенка;
- послеполуденный сон;
- аппетит ребенка.

Каждый из факторов может оцениваться от +3 до -3, т.е. от отличной адаптации до полной дезадаптации. Для удобства обработки данных и во избежание субъективного толкования привожу ниже краткие характеристики разных оценок (+1, +2, +3, 0, -1, -2, -3). Суммарно по всем четырем факторам можно получить +12 или -12, в интервале чего и определяются уровни адаптации.

Продолжительность процесса адаптации может ограничиваться одним днем (когда ребенок в первый день социализируется в ДОУ) или быть сколь угодно долгой.

Уровень, т.е. успешность адаптации, выводится из взаимосвязи продолжительности адаптационного периода (А) и поведенческих реакций (П).

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК АДАПТИРОВАЛСЯ :

- хороший аппетит;
- спокойный сон;
- охотное общение с другими детьми;
- адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- нормальное эмоциональное состояние.

2.2. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ В СООТВЕТСТВИИ С ОЦЕНКОЙ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В 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.

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 УРОВНЯ АДАПТАЦИИ В СООТВЕТСТВИИ С ОЦЕНКОЙ ФАКТОРОВ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОУ

Таблица 1

	Адаптация	*Сроки (А)*	*Поведенческие реакции (П)*	*Уровни адаптации*
1	Легкая	До 5 дней - 1 неделя	+12…+8	А1 и П1 высокий А1 и П2
2	Средняя	До 15 дней - 3 недели	+7…0	А1 и П3 средний А2 и П2

3	Усложненная	До 25 дней - 5 недель	-1…-7	А2 и П4 сложный А3 и П3
4	Дезадаптация	Более 5 недель	-8…-12	А3 и П4 дезадап- А4 и П4 тация

Немаловажный момент — необходимость организации “Праздника знакомства”. Первый день пребывания в детском саду должен стать для ребенка праздником. В этот день детей и их родителей встречают оба воспитателя, которые знакомят их с группой, проводят игры, направленные на знакомство детей и родителей между собой. Праздник, примерный сценарий которого приводится ниже, завершается чаепитием, подготовленным с помощью родителей. Желательно, чтобы детей в первый день забрали домой сразу после обеда и чтобы родители все это время были рядом с ними.

“Праздник знакомства”

(принимают участие дети, их родители и воспитатели)

Встречаем детей и их родителей, приглашаем всех в группу, показываем ее (игровую, спальную, умывальную и пр.) и игрушки, приглашаем на экскурсию по детскому саду: в музыкальном зале, изостудии, и т. д. их встречают педагоги, которые представляются, показывают свои “владения”, рассказывают о своих занятиях.

После возвращения в группу детей встречает Петрушка (воспитатель).

Петрушка. Здравствуйте, дети! Здравствуйте, мамы и папы! Меня зовут Петрушка, а вас как?

Дети наперебой отвечают ему.

Петрушка. Нет, так дело не пойдет. Я вот что придумал! Отгадайте загадку: “Он и круглый, он и гладкий. Очень словно скачет. Что же это?”

Все. Мячик!

Петрушка. Вот он нам и поможет! Сыграем в игру “Давайте познакомимся!”?

Дети с воспитателем становятся в круг. Ведущий держит в руках мяч (лучше надувной, так как он легкий и яркий, красочный, что, безусловно, привлекает малышей). Ребенок ловит мяч, называет свое имя и бросает мяч следующему участнику игры и т. д.

Воспитатель. Ну вот мы и познакомились! А теперь давайте покатаемся на карусели.

Игра «Карусели»

Воспитатель берет малыша за руку, ставит впереди себя и вместе с ним начинает собирать в одну цепочку всех желающих поиграть. Выбранный ребенок вместе с воспитателем подходит по очереди к каждому из детей, называет его по имени и спрашивает: “Саша! Будешь играть с нами? Тогда давай руку!” Саша дает руку воспитателю, и они втроем подходят к следующему ребенку и т. д. В результате дети, держась за руки, образуют круг.

“Сейчас мы будем кататься на карусели,— говорит воспитатель.— Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу, чтобы карусель не сломалась”.

Слова	**Движения**
Еле-еле-еле-еле	Карусель медленно движется
Завертелись карусели.	в правую сторону.
А потом, потом, потом	Темп речи и движений посте-
Все бегом, бегом, бегом!	пенно ускоряется.
Побежали, побежали,	На слова “побежали” карусель
Побежали, побежали!	меняет направление движения.
Тише, тише, не спешите,	Темп движений постепенно за-
Карусель ос-та-но-ви-те.	медляется, и на слова “раз-два”
Раз-два, раз-два *(пауза),*	все останавливаются и кланяются
Вот и кончена игра.	друг другу.

Игра кончается тем, что дети хлопают в ладоши и разбегаются.

В игре участвуют также родители.

Воспитатель. Ну а теперь давайте отдохнем. Объявляю конкурс родителей на лучший портрет своего ребенка. Условие — рисовать надо с завязанными глазами!

В конкурсе участвуют все желающие. Зрители аплодируют участникам, выбирают лучший портрет.

Петрушка. Один художник рисовал и мой портрет *(показывает),* но что-то в нем не так. Чего не хватает? *(Носа.)*

Детям предлагают с завязанными глазами приставить нос к портрету. Не беда, что он оказывается то на щеке, то на подбородке...

Затем все приглашаются на чаепитие, в ходе которого можно провести игры, пляски с простыми движениями (приседания, хлопки, кружение и т. д.). В конце Петрушка благодарит всех за участие в празднике, за угощение и дарит детям на память сувениры — голубей из бумаги и картона.

2.3.Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Это зависит прежде всего от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе, от профессионального уровня, их психологического просвещения; развития у них таких качеств, как умение сопереживать, коммуникативные навыки, доброжелательность, организаторские и артистические способности, эмоциональная стабильность и т. д.

Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, стараюсь “одомашнить” группу.

Мебель размещается таким образом, чтобы она образовала маленькие комнатки, в которых дети чувствуют себя комфортно. Хорошо, если в группе будет небольшой “домик”, где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть. Желательно рядом с “домиком” разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

В группе необходим и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей 2—3 лет в движении. Уголок оформляется так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Малыши еще не владеют речью настолько, чтобы выразить четко свои чувства и эмоции. Невыраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, потому что никаких внешних причин для такого проявления эмоций нет.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге помогает мне решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, на прикрепленном к стене листе бумаги.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время в помещении размещаю уголок песка и воды. Для разнообразных и увлекательных игр используются небьющиеся сосуды разной конфигурации и объема, ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки. Дети могут купать в воде резиновых кукол, набирать в резиновые игрушки воду и выталкивать ее струей, пускать по воде кораблики и т. д.

Как показывают наблюдения, по мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, труднее нормализуется сон (от 2 недель до 2—3 месяцев).

Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребенок чувствует себя неуютно в большой комнате. Такая простая вещь, как прикроватная занавеска, помогает решить ряд проблем: создать ощущение психологического комфорта, защищенности, придает спальне более уютный вид, а главное, эта занавеска, которую сшила и повесила мама, становится для него символом и частичкой дома, как и любимая игрушка, с которой он ложится спать.

Стараюсь всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому в группе готовим “семейный” альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и уже не так тосковать вдали от дома.

2.4.Формирование чувства уверенности в окружающем

Сложно представить впечатления ребенка, впервые попавшего в детский сад. В незнакомом «доме», жители которого проявляют к нему особый интерес, но их намерения пока неясны (поэтому на всякий случай надо быть с ними настороже!). А в квартире, в которой предстоит ребёнку жить, живут еще 15—20 человек. Они о чем-то говорят, бегают, некоторые плачут, и нет места, где можно было бы от всего этого кошмара спрятаться, и нет ни одного знакомого человека, который бы объяснил, что все это значит.

Это не что иное, как видение ситуации поступления в детский сад двухлетним малышом: большинство детей хоть на год, но старше его; кругом незнакомые взрослые, которые что-то спрашивают, о чем-то просят, что-то требуют. И ходить по детскому саду страшно: еще заблудишься.

Именно поэтому ***одна из основных задач адаптационного периода — формирование чувства уверенности в окружающем.***

Для этого необходимо следующее:

• Знакомство детей, их сближение друг с другом.

•Знакомство с воспитателями, установление отношений между воспитателями и детьми, основанных на доверии.

• Знакомство с группой и детским садом, “освоение” их.

• Знакомство со всем персоналом детского сада.

• Знакомство и дружба с детьми подготовительной к школе группы.

Все это, т. е. знакомство с окружающим, организуется в форме развивающих игр, проведение которых требует от взрослого знания и выполнения определенных условий, таких как:

• добровольность участия в игре (необходимо добиваться того, чтобы ребенок сам захотел принять участие в предложенной игре);

• непосредственное участие в игре взрослого, который своими действиями, эмоциональным общением с детьми вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них;

• многократное повторение игр (дети по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое);

• специальный наглядный материал (определенные игрушки, различные предметы и т. д.) должен использоваться только в данных развивающих играх (нельзя превращать его в обычный, всегда доступный, так он дольше останется для детей необычным);

• запрет на оценку действий ребенка типа “Неверно, не так” или “Молодец, правильно”;

• предоставление ребенку возможности проявить, выразить себя, свой взгляд на мир.

Эти основные принципы организации и проведения развивающих игр определились в ходе нашей практической деятельности.

Правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов "ребенок — взрослый" и "ребенок — ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения.

Основная задача игр в этот 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 возможностей детей, места проведения.

Эти основные принципы организации и проведения развивающих игр определились в ходе моей практической деятельности.

Игры, направленные на сближение детей друг с другом и воспитателем

Эти игры подробно описаны в упомянутой книге З. М. Богуславской и Е. О. Смирновой. Ниже приводятся игры, разработанные на их основе, а также авторские игры, предлагаемые для проведения первых занятий с детьми.

1. Давайте познакомимся!

Описание этой игры приведено выше. Обычно малыши с удовольствием играют в нее. В дальнейшем игру можно разнообразить: например, вместо мяча передавать друг другу игрушку или предложить детям поприветствовать друг друга по имени. Вариантов может быть много, придумывайте их вместе с детьми!

2. Раздувайся, пузырь!

Воспитатель предлагает всем детям сесть на стулья, расположенные полукругом, и спрашивает одного из них: “Как тебя зовут? Скажи громко, чтобы все слышали!” Ребенок называет свое имя. Взрослый ласково повторяет его, берет ребенка за руку, подходит вместе с ним к следующему ребенку и спрашивает, как его зовут. Повторяя имя ребенка ласково, но громко, предлагает и ему присоединиться и дать руку. Так по очереди за руки берутся все дети. Сначала лучше подходить к тем воспитанникам, которые выражают желание включиться в игру, а скованных, заторможенных детей целесообразнее приглашать последними. Если кто-нибудь все же отказывается играть, не стоит настаивать на этом. Постепенно, наблюдая за игрой, они захотят быть в коллективе.

Дети образуют длинную цепочку. Воспитатель берет за руку ребенка, стоящего последним, и замыкает круг. “Посмотрите, как нас много! Какой большой круг получился, как пузырь! — говорит взрослый.— А теперь давайте сделаем маленький кружок”.

Вместе с воспитателем дети становятся тесным кружком и начинают “раздувать пузырь”: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, как в дудочку. При этом они выпрямляются и набирают воздух, а затем снова наклоняются, выдувают воздух и произносят звук “ф-ф-ф-ф”. Эти действия повторяются два—три раза. При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося следующие слова:

Раздувайся, пузырь,	Оставайся такой,
Раздувайся большой,	Да не лопайся!!!

Получается большой растянутый круг. Воспитатель входит в него, дотрагивается до каждой пары соединенных рук, затем неожиданно останавливается и говорит: “Лопнул пузырь!” Все хлопают в ладоши, произносят слово “Хлоп!” и сбегаются к центру.

После этого игра повторяется. Закончить ее можно так. Когда “пузырь лопнет”, воспитатель говорит: “Полетели маленькие пузырики, полетели, полетели, полетели...” Дети разбегаются в разные стороны.

3. Лови-лови!

К палочке длиной 0,5 или 0,75 м на шнурке прикрепляется легкий и удобный для хватания предмет — мягкий поролоновый мячик, лоскуток, мешочек и т. д. Перед началом игры воспитатель показывает эту палочку. Опуская и поднимая ее, он предлагает детям поймать предмет на шнурке. Заинтересовав их самой задачей — ловить мячик, взрослый предлагает детям встать в кружок, а сам же становится в центре. “Лови-лови!” — говорит воспитатель и приближает подвешенный к палке мячик то к одному, то к другому ребенку. Когда тот пытается поймать мячик, палка чуть приподнимается и ребенок подпрыгивает, чтобы схватить его. Поворачиваясь в разные стороны, воспитатель старается вовлечь в эту забаву всех детей. Допустимо, чтобы предмет одновременно ловили несколько ребят. Поиграв немного таким образом, можно слегка изменить правила. Так, дети по очереди ловят мячик, пробегая друг за другом мимо палки. Тот, кто достигнет цели, становится позади воспитателя, обхватив его руками. Постепенно образуется цепочка детей, успешно справившихся с заданием. Делая несколько шагов по комнате, цепочка по сигналу “Беги на место!” рассыпается. Дети садятся на свои места, потом снова выстраиваются друг за другом, и можно начинать игру сначала.

4. Чей голосок?

Дети садятся полукругом, ведущий — спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает по имени ведущего, который, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал.

Сначала дети окликают ведущего своим обычным голосом; со временем, когда они хорошо узнают друг друга, можно специально изменять интонацию, высоту голоса.

5. Расскажи стихи руками

В эту игру можно играть бесконечно: ведь стихов, которые можно “проиграть”, “рассказать руками” (почему только руками? Всем телом!), — великое множество. Эта игра позволяет детям раскрепоститься, почувствовать себя уверенными, способствует налаживанию отношений с воспитателем, основанных на доверии.

Воспитатель читает стихотворение, затем, читая его еще раз, выполняет определенные движения, потом еще раз читает стихотворение и показывает его вместе с детьми. Когда они поймут принцип игры, то сами начнут выдумывать движения — это необходимо поощрять.

Ниже приводятся два стихотворения, которые могут быть использованы для этой цели. Возможно, вы найдете другие, еще более интересные.

“Зайка”

Заинька-зайка,	Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку.
Маленький зайка,	Садятся на корточки, показывают рукой вершок от пола.
Длинные ушки,	Дети приставляют ладошки к голове — “ушки”.
Быстрые ножки.	Побежали.
Заинька-зайка,	Движения повторяются.
Маленький зайка,	
Деток боишься,	Дети обхватывают себя руками,

	изображая страх,
Зайка-трусишка.	“дрожат”.

“Мишка”

Мишка, мишка косолапый,	Приподнять плечи, руки округлить, носки ног
Мишка по лесу идет,	внутрь, идти переваливаясь.
Мишка хочет сладких ягод,	Погладить себя по животу, облизнуться.
Да никак их не найдет.	Оглянуться по сторонам, пожать плечами.
Вдруг увидел много ягод	Показать указательным пальцем, на лице — восторг,
И тихонько зарычал.	Двумя руками “собирать” ягоды в рот.
Подошли к мишутке детки,	Помаршировать,
Мишка громко зарыдал.	кулачками потереть глаза, изобразить плач

Игры, направленные на освоение окружающей среды и знакомство с персоналом детского сада и другими воспитанниками

Начинать надо, естественно, с группы. Показав детям все уголки группы, рассказав об их назначении, правилах поведения в различных помещениях группы, можно и поиграть.

1. Найди игрушку

Ведущий (сначала воспитатель, потом кто-то из детей) прячет небольшую игрушку в группе, в одном из ее помещений, и предлагает остальным найти ее. Сначала говорится: “Игрушка лежит на подоконнике в раздевалке”; затем: “Игрушка лежит в спальной комнате, под подушкой на Надиной кровати”.

После того как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала (собиралась на прогулку, спала и т. д.).

Можно загадывать местоположение игрушки через функцию помещения (“там моют посуду”), через действия (“лежит тихо, закрыв глаза”) и т. д.

Затем можно переходить к более тесному знакомству с детским садом и его персоналом. Начинать лучше с экскурсий по саду (целесообразней организовывать тематические экскурсии: на кухню, в медицинский кабинет, в кабинет заведующей и т. д.— и знакомиться с людьми, работающими там).

2. Чьи вещи?

Цель игры — закрепить знание имен работников детского сада. Для этого необходимо заготовить атрибуты различных профессий (градусник — медсестра, половник — повар, стиральный порошок — прачка, гармошка —

музыкальный работник и т. д.). Воспитатель говорит, что к ним в группу приходили разные люди и каждый из них забыл одну из своих вещей. Просит детей помочь разобраться, кому какая вещь принадлежит.

Дети должны назвать не только профессию, но и имя хозяина вещи, например: “Этот градусник оставила Вера Александровна, наша медсестра”.

Когда все вещи будут “опознаны”, можно раздать их детям, которые должны сыграть роль: медсестра измерит детям температуру, прачка постирает кукольную одежду, повар сварит и угостит всех вкусной кашей и т. д.

3. Как пройти?

Цель игры — помочь детям ориентироваться в детском саду, правильно находить то или иное помещение. Как и в предыдущей игре, вариантов может быть множество — это зависит от количества специальных помещений (кабинет логопеда, хореографический зал, изостудия, физиокабинет, кабинет психолога и т. д.) и, конечно, от вашей фантазии.

Ниже приводится примерная схема игры.

Воспитатель. У зайчика Степашки заболели уши. Что ему делать? *(Пойти к врачу.)* Но Степашка не знает, где находится медицинский кабинет. Надо ему помочь.

Сначала дети должны описать путь до кабинета, например: спуститься на первый этаж, свернуть налево, пройти по коридору, первая дверь налево — медицинский кабинет (если дети еще не знакомы с понятиями “налево”, “направо”, можно ориентироваться на какие-либо предметные признаки: после нарисованного на стене волка повернуть, на двери медкабинета нарисован красный крест и пр.). После этого двум—трем детям предлагается “проводить” Степашку к врачу.

Вылеченный Степашка (забинтованные уши) благодарит детей за помощь и передает от врача пожелание не болеть и витамины для всех детей.

Заключение

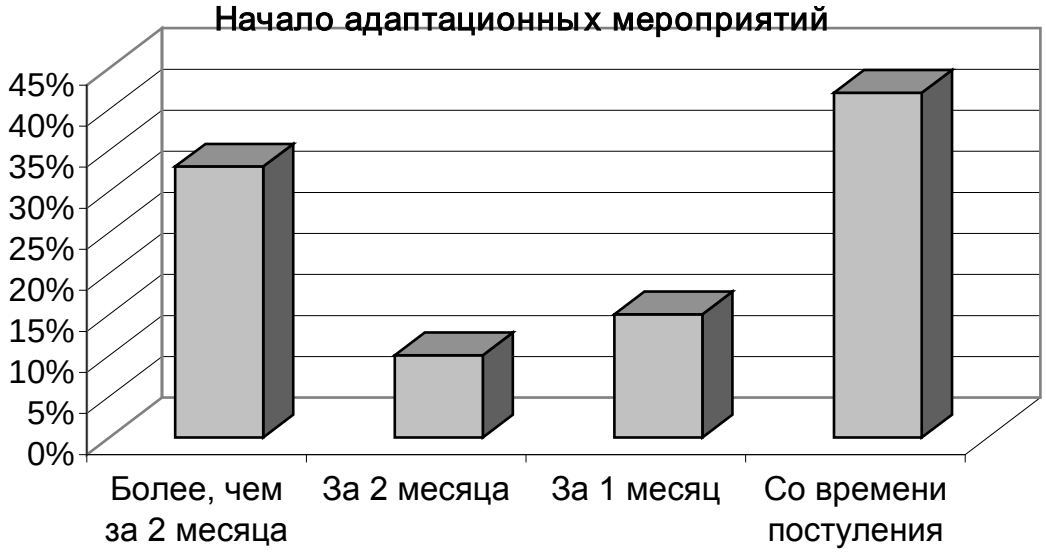
Анализ результатов показал, что за последние годы значительно изменилось отношение и подходы к воспитанию детей раннего возраста, что позволило выявить актуальные проблемы в создании комфортных условий адаптации ребёнка в детском саду, развитии детей и состоянии их семей.

Пребывание детей раннего возраста в МДОУ на начальных этапах связано с процессами адаптации и весьма нестабильно. В то же время, невозможно переоценить первые три года жизни ребенка. С точки зрения дальнейшего развития они являются чрезвычайно важными. Именно в это период формируются такие базовые качества человеческой личности как самооценка, доверие к людям, интерес к окружающему миру. Недоразвитие или деформация этих качеств в раннем детстве с трудом поддается коррекции в более поздние периоды.

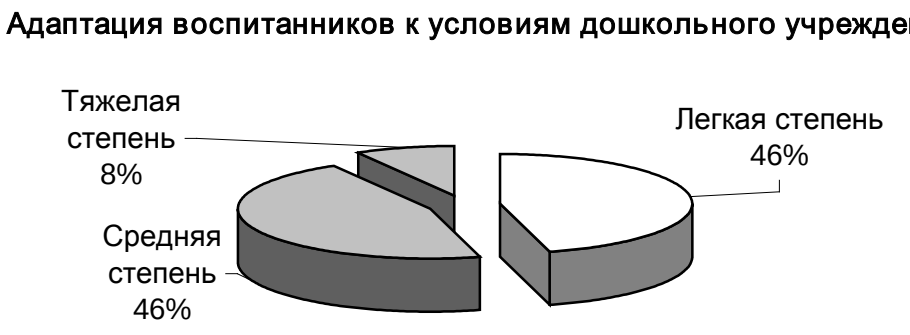
Направления работы по созданию комфортных условий адаптации ребёнка в ДОУ
Оценка нервно-психического развития детей раннего возраста (1 – 3 года) и адаптация к условиям ДОУ
Индивидуальные адаптационные карты ребёнка
Развитие предметно -развивающей среды
Анкетирование педагогов-психологов
Анкетирование педагогов групп раннего возраста
Анкетирование родителей

Особое внимание уделяю ***процессам адаптации детей и их семей к условиям общественного воспитания,*** как важнейшей составляющей психологического сопровождения детей раннего возраста:

– 96 % родителей удовлетворены помощью специалистов в период адаптации.
– 75 % родителей подтвердили, что основные знания по этому вопросу получены в детском саду.
– 92 % семей готовили детей к поступлению в ДОУ.
– 58 % МДОУ начинают работу по адаптации заранее, что помогает мне провести качественную профилактику дезадаптации, снизить психоэмоциональное напряжение у детей, родителей и педагогов.



Это позволяет повысить процент детей с легкой степенью адаптации до 46 %, что на переходном этапе является хорошим показателем. Тем не менее, у 54 % детей был зафиксирован средний и тяжелый уровень адаптации, что говорит о ряде ***проблем*** в этой области:



– 8 % детей показали тяжелую степень адаптации,

– 42 % дошкольных учреждений начинают работу по адаптации со времени поступления ребенка в детский сад.

Литература

1. Калинина Р. Ребенок пошел в детский сад... К проблеме адаптации детей
2. Заводчикова О. Г.Адаптация ребенка в детском саду : взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи : пособие для воспитателей / О. Г. Заводчикова. — М. : Просвещение, 2007. — 79 с.
3. Кирюхина, Н. В.Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / Н. В. Кирюхина. — 2-е изд. — М.: Айрис-пресс, 2006. — 112 с. — (Дошкольное воспитание и развитие).
4. Богуславская З. М., Смирном Е. О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста.— М.: Просвещение, 1991.)
5. Венгер Л.А., Мухина В.С. Психология.– М., 1988.
6. Галигузова Л.Н., Смирнова Е.О. Ступени общения: от года до семи лет.– М., 1992.
7. Джайнотт Х.Д. Родители и дети.– М., 1986.
8. Ле Шан Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума.– М., 1990.
9. Лешли Д. Работать с маленькими детьми.– М., 1991.
10. Макарова Е. В начале было детство.– М., 1990.
11. Матейчек З. Родители и дети.– М., 1992.
12. Соколова В.Н., Юзефович Г.Я. Отцы и дети в меняющемся мире.– М., 1991.
13. Субботский Е.В. Ребенок открывает мир.– М., 1991.
14. Хоментаускас Г.Т. Семья глазами ребенка.– М., 1989.
15. Чуковский К.И. От двух до пяти.– М., 1990.

Приложение

Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению:

I. До родов (антенатальные факторы).

Токсикозы I и II половины беременности.
Острая и инфекционная заболеваемость матери в период беременности.
Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.
Прием лекарственных препаратов матерью во время беременности.
Стрессовые ситуации у матери в период беременности (конфликты на работе, в семье, горестные переживания).
Профессиональные вредности матери в период беременности.
Употребление матерью алкоголя во время беременности.
Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
Курение матери в период беременности.

II. Во время родов (интранатальные факторы).

Осложнения в родах.
Наличие асфиксии разной степени тяжести. Родовая травма.
Хирургические вмешательства во время родов. Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

III. После родов (постнатальные факторы).

Недоношенность или переношенность ребенка.
Крупная масса тела (вес больше 4 кг).
Заболеваемость на первом месяце жизни.
Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
Курение матери во время вскармливания грудью.
Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).
Искусственное вскармливание ребенка.
Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипотрофия, паратрофия, анемия).
Частые ОРВИ, острые инфекционные заболевания у ребенка до 3-х лет.
Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, врожденный порок сердца и
т. д.).
Задержка нервно-психического развития.
Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.

Отсутствие закаливающих мероприятий.
Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.
Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
Конфликтные взаимоотношения в семье.
Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
Первый или единственный ребенок в семье.
Неправильное воспитание ребенка: "кумир семьи", "кронпринц", "Золушка", "ежовые рукавицы", гиперопека, гипоопека и т. д.

Приложение

Примерные темы бесед и обучающих семинаров для родителей

Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.

Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.

Устранить устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.

Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

Повысить роль закаливающих мероприятий.

Оформить в детский сад по месту жительства.

Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.

Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.

"Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.

Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад

Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.

Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Щадить его ослабленную нервную систему.

Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.

Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.

Маме на заметку

Ребенок, плохо привыкающий к яслям или садику, не обязательно демонстрирует это явным образом. Он может вести себя достаточно послушно и даже покорно, выражая свои переживания каким-то косвенным путем. Самая распространенная форма пассивного сопротивления ясельных малышей - частые простудные заболевания.

Но есть и другие моменты, на которые обязательно нужно обращать внимание. Это сон, аппетит, поведение ребенка дома по вечерам, после садика. В первое время после начала посещения яслей или садика такие "прелести", как снижение аппетита, трудности с засыпанием и даже плач по ночам, домашние капризы и несколько сниженное или раздражительное настроение, могут считаться "нормальными". Но если спустя три-четыре недели положение дел не улучшается, можно говорить о том, что ребенок плохо адаптируется к детскому саду или яслям.

В этом случае малыша желательно избавить от посещения садика на ближайший год, а если уж это совсем невозможно - постараться смягчить травмирующую его ситуацию: оставлять его в садике только на полдня, устраивать ему дополнительный выходной в середине недели, поискать сад или ясли с меньшим количеством детей в группе.

Эти рекомендации могут показаться не слишком реалистичными. Тем не менее опыт многих мам показывает, что при желании их можно выполнить. И старания оправдывают себя, ведь в результате вы сохраняете душевное благополучие ребенка, а значит, и свое собственное.

В каком возрасте ребенку лучше всего идти в детский сад?

На этот вопрос мы уже начали отвечать. Повторим еще раз: оптимальным возрастом большинство психологов сегодня считают четыре года, а вполне допустимым - три. К трем годам ребенок уже не боится оставаться какое-то время без мамы, начинает интересоваться общением с другими детьми, обладает навыками самообслуживания. Но по-настоящему получать удовольствие от игры со сверстниками он будет лишь ближе к четырем годам.

Идеальный вариант - постепенно, без спешки и предъявления жестких требований начинать знакомить ребенка с детским садом в три - три с половиной года. Сначала ходить с ним на прогулки вместе с детсадовской группой, потом оставлять его в садике на половину дня.

Если довольно быстро обнаружится, что ребенок не против проводить время в новой обстановке, можно перейти к обычному посещению детского сада. Если же особых восторгов малыш не выражает - нет ничего страшного в том, что до четырех лет он будет посещать садик по "щадящему" режиму.

Не стоит беспокоиться из-за того, что он в чем-то отстанет от своих сверстников. Главное, чтобы после трех лет он не оставался в замкнутом домашнем пространстве, один на один с мамой или бабушкой, а постепенно расширял границы знакомого мира.

Ребенок совсем не хочет идти в садик...

Любого ли ребенка можно приучить к детскому саду? Некоторых детей врачи, психологи и родители так и называют - "несадиковые". Что стоит за этим определением? Действительно ли бывают дети, которые ни при каких условиях не могут адаптироваться к детскому саду?

Вопрос лишь в том, сколько усилий нужно приложить самому ребенку и его родителям, чтобы адаптация к детскому саду состоялась, и оправданы ли эти усилия, то есть нужно ли их совершать. По тому, как малыши приспосабливаются к детскому саду, их можно разделить на три группы.

Первая группа - дети, которые реагируют на перемену обстановки настоящим нервным срывом. К этому почти всегда добавляются частые простудные заболевания.

Вторая группа - дети, не проявляющие признаков нервного перенапряжения, "всего лишь" начинающие часто болеть.

Третья группа - это детишки, привыкающие к садику без особых проблем и сложностей.

В большинстве случаев проблемы адаптации разрешимы, причем на это не требуется очень слишком много времени. Детский сад - стресс для ребенка, но стресс вполне преодолимый. Только малышу обязательно нужно помочь справиться с этим новым и очень серьезным опытом. Столь большое число детей, испытывающих трудности в адаптации к детскому саду, во многом объясняется их неподготовленностью к новому образу жизни. Нельзя бросать ребенка в незнакомую обстановку, как в воду, в расчете на то, что он немедленно научится "плавать". Стоит заранее уделить время и внимание подготовке к посещению садика, и тогда ваш малыш, скорее всего, окажется в третьей, благополучной группе.

Несмотря на все мои старания, ребенок так и не может привыкнуть к садику. Чем это объясняется и что можно сделать?

Действительно, в некоторых случаях не помогает даже тщательная предварительная работа. Вопреки всем вашим усилиям и благим намерениям, ребенок продолжает в той или иной форме выражать протест против посещения детского сада. В чем же дело?

Прежде всего, малыш, возможно, еще не достиг подходящего возраста (этот вопрос мы подробно обсудили выше). Кроме того, как уже упоминалось, отношение ребенка к детскому саду может быть сильно испорчено неудачным опытом посещения яслей. Тут может срабатывать условный рефлекс: даже маленький ребенок помнит (по крайней мере, на подсознательном, эмоциональном уровне), что в этих стенах он уже был и чувствовал себя плохо. Если причина именно такова, то лучше всего отложить выход "в свет" еще на какое-то время (хотя бы на полгода), продолжая в этот период поддерживать связь с садиком - ходить на прогулки, подружиться на "нейтральной территории" с кем-то из детишек, которые ходят в ту же группу.

Трудности в приспособлении к детскому саду могут быть обусловлены и темпераментом ребенка. Темперамент - врожденная характеристика, его нельзя изменить, но "зато", к сожалению, можно подавлять, насильственным образом искажать. Малыши-сангвиники обычно адаптируются к новой обстановке вполне благополучно, а вот холерикам и флегматикам часто приходится нелегко. Детишки с холерическим темпераментом оказываются слишком активными и шумными, но еще больше могут страдать медлительные флегматики - они просто не успевают за остальными. А в садике это важно - шагать в ногу: вовремя поесть, вовремя одеться или раздеться, выполнить какое-то задание...

Внимательно понаблюдайте за своим малышом, расспросите воспитателя о том, как именно ребенок проводит день в группе. И если вы решите, что сложности в адаптации связаны именно с "неудобным" для садика темпераментом, обязательно обсудите это с воспитателями. Объясните им, что малыш ведет себя "неподобающим" образом не потому, что в чем-то виноват, а потому, что не может по-другому.

Не стесняйтесь быть настойчивыми и твердыми, сообщая воспитателям, что вашего карапуза-флегматика ни в коем случае нельзя постоянно теребить, подгонять, а уж тем более ругать за медлительность. Расскажите им (и, конечно, имейте в виду сами), что под давлением со стороны взрослых ребенок-флегматик лишь становится еще более медлительным и пассивным.

Его нервная система функционирует таким образом, что при избыточной стимуляции вообще включается "аварийное торможение", и ребенок впадает в настоящую прострацию. Зато, если такого ребенка не тревожить, он умеет доводить начатое до конца, спокоен и уравновешен, аккуратен и надежен. Что же касается медлительности, то по мере роста и развития ребенка она будет постепенно сглаживаться. Темп деятельности флегматика все равно будет несколько снижен по сравнению с сангвиниками и особенно холериками - темп, но не результативность! В то время как торопливый холерик дважды натянет на себя все одежки наизнанку и кверх ногами, а воспитательница наконец переоденет его правильно, ребенок-флегматик как раз успеет один раз, но верно и аккуратно застегнуть все пуговицы и даже, может быть, завязать шнурки.

Все это непременно нужно объяснить воспитателям, чтобы они запомнили: чем меньше они будут дергать и торопить вашего "тихохода", тем быстрее он "выровняется", привыкнет к обстановке детского сада и начнет успевать делать все, что нужно.

А что же делать с теми самыми торопливыми холериками, которые ни секунды не сидят на месте и вообще часто напоминают маленький смерч? Понятно, что такой темперамент не вызывает особых восторгов у

воспитателей в садике. Но опять же необходимо поговорить с персоналом и объяснить, что малыш "буйствует" не из-за недостатка воспитания, а в силу врожденных особенностей личности. Подскажите воспитателям, что вашего "ураганного" ребенка хорошо бы по возможности занимать какой-то активной деятельностью. Если он разбрасывал игрушки, то наверняка с тем же удовольствием и быстротой соберет их - если его попросить, а не заставлять. Как правило, в детских садах детям все-таки разрешают довольно свободно двигаться - бегать и прыгать (разрешают хотя бы потому, что невозможно заставить двадцать трехлеток долго и тихо сидеть на стульчиках!).

Если же вам попадутся очень строгие воспитатели, которые требуют от детей, чтобы те и на прогулке стояли на одном месте или ходили взад-вперед парами, - что ж, в этом случае лучше всего поискать других воспитателей. (Это, кстати, относится не только к проблемам детей-холериков! Муштра, подавление, жесткое ограничение естественной активности вредны для любого ребенка, независимо от темперамента.)

Наконец, в поисках причин плохой приспособляемости ребенка к садику подумайте еще вот о чем: а легко ли вы сами адаптируетесь к новым условиям? Любите ли вы находиться в шумных компаниях? Если ребенок растет в обществе замкнутых, мало общительных родителей, то, скорее всего, и сам он будет предпочитать тихие игры в одиночестве. Такому малышу обычный многолюдный садик действительно может быть противопоказан, но в то же время его ни в коем случае нельзя оставлять в изоляции! Его непременно нужно "выводить в свет", хотя и делать это ненавязчиво и аккуратно, малыми "дозами". Очень неплохо определить такого "затворника" в игровую группу, в которой мало детей и где не нужно проводить целый день.

Кому лучше остаться дома

В обычный, стандартный садик не следует отдавать ослабленных, часто болеющих (еще и до всякого садика!) детишек, а также малышей с неустойчивой нервной системой. Это не значит, что таких детей вообще никуда нельзя отправлять. Просто нужно учитывать, что если ваш малыш не слишком здоров, это означает его повышенную чувствительность, уязвимость. К нему нужно подходить с особой осторожностью, а садик выбирать еще более тщательно, чем в случае с "обычным" (если только такие бывают на свете!) ребенком. Существуют специальные оздоровительные детские сады, но на одно лишь название полагаться не следует: если в группе пятнадцать человек и один воспитатель на две смены - большого оздоровительного эффекта посещение такого сада вашему крохе не принесет.

Если вы не планируете провести ближайшие годы на больничном по уходу за ребенком, отложите до поры мечты о садике и начинайте самостоятельно "оздоравливать" малыша: следите за его режимом и питанием, побольше гуляйте, если позволят врачи - начинайте закалять. Попробуйте изыскать возможности для того, чтобы ребенок хотя бы пару раз в неделю посещал какую-нибудь "школу развития", игровую группу. Если это никак невозможно, по крайней мере выбирайтесь с ним в гости, чтобы он понемножку "отрывался " от вас, узнавал, что мир вокруг широк и не опасен.

Как научить ребенка не отбирать у других детей игрушки, делиться и не давать себя в обиду?

Когда карапуз полутора лет от роду выхватывает у другого лопатку из рук, он не совершает никакого преступления: в столь нежном возрасте он еще не имеет и не может иметь никакого представления о том, что такое "мое" и что такое "чужое". Он не умеет проводить границы, весь мир для него - "мое"! Он может хватать все, что покажется ему привлекательным, не только в песочнице, но и в гостях, и в магазине. Ведь до сих пор он существовал лишь в границах своего дома, где действительно все принадлежало ему. Вещи, которым не следует попадать в детские ручонки, вы старались просто держать подальше от него.

Но каждому ясно, что если таким же образом поведет себя трехлетний ребенок в детском саду, его никто за это не похвалит. Вопросы собственности и "распределения благ" в садике вообще очень часто обостряются. С одной стороны, игрушки там общие (что поначалу очень нелегко понять трехлетним и даже четырехлетним детям), с другой стороны, малыши очень любят приносить в группу любимые игрушки из дому, из - за чего обычно разыгрываются целые баталии...

Как только кроха выбирается из коляски и приступает к играм в песочнице, в его жизни появляются понятия "своего" и "чужого".

Не тревожьтесь, не страдайте от чувства стыда за "агрессивное" поведение малыша: его стремление ухватить чужую яркую машинку не имеет ничего общего с агрессией. Помните: ведь он еще учится! Ваша задача - помочь ему в этом. Однако опасна и другая крайность: спокойно стоять в сторонке и с умилением наблюдать за тем, как ваше чадо нападает на других малышей, отнимая у них игрушки и ломая их куличики. К сожалению, на каждой детской площадке можно увидеть и такую маму.

Ни в коем случае не надо ругать малыша, шлепать его - с психологической

точки зрения он не совершает никакого проступка, захватывая чужие игрушки. Но успех придет к вам только в том случае, если вы будете очень последовательны. Одна из самых больших помех в таком обучении - добрые намерения других мам. Ваше чадо тянет из рук другого карапуза лопатку, а мама "жертвы", желая воспитать в своем малыше хорошие душевные качества, говорит ему: "Ну не жадничай, дорогой, отдай мальчику лопатку, пусть поиграет!". Если вы действительно хотите позаботиться о будущем своего ребенка, ни в коем случае не позволяйте принимать ему такой "дар"! И кстати, никогда не ведите себя подобно этой маме. Если на вашего ребенка нападают, пытаясь лишить его собственности, мягко, но уверенно пресекайте такие попытки.

Главное спасение для маленького ребенка, которого еще довольно долго чужие игрушки будут привлекать больше, чем свои, - умение выражать свои желания в социально приемлемой форме. Проще говоря, научите малыша меняться игрушками! Даже годовалый малыш наверняка уже знает слова "дай!" и "на!", а если нет, то теперь быстро этому научится, потому что ему нужны эти слова. Заметив, что ваше дитя нацелилось на имущество соседа по песочнице, перехватите его и скажите: "Давай попросим. А что мы дадим мальчику?". Как правило, малыши охотно меняются игрушками. Но если "сделка" не состоялась, не затягивайте "переговоры", в конце концов, вы не можете долго надоедать другому ребенку, если он ясно выразил свое нежелание меняться игрушками. Отвлеките своего малыша, предложив ему какую-нибудь новую игру.

Если он без протестов отдает другим детям свои игрушки, то так происходит не потому, что он очень щедрый, а потому, что ему все равно - он может одинаково спокойно отдать свое и отнять чужое. А вот если он свое не отдает, вы можете тихонько поздравить себя: у малыша формируется чувство собственности! Раз он начал проводить границу вокруг "своего", значит, вскоре на карте его мира появится и "чужое", ребенок начнет осознавать разницу между этими понятиями и постепенно приучится с уважением относиться к собственности других детей.

"Я все умею делать сам!"

Что должен уметь ребенок, который идет в детский сад?

Ребенок, который отправляется в детский сад, конечно, должен обладать определенными **навыками самообслуживания**: одеваться, есть, пользоваться горшком, умываться и вытирать руки и лицо полотенцем. Разумеется, воспитатели помогут справиться с пуговицами и шнурками, но нельзя ожидать, что они будут постоянно переодевать и кормить с ложки каждого из пятнадцати подопечных! С такой нагрузкой им не справиться даже при наличии няни, а няня в наши дни присутствует, к сожалению, далеко не в каждой группе. В частности, еще и поэтому лучше не отдавать двухлетнего малыша в ясли, а подержать его еще с годик дома и научить всему необходимому.

Надо сказать, что два года - самый замечательный возраст для обучения самостоятельности. На вашей стороне сейчас сама природа с ее законами психического развития маленького человечка. Ведь недаром третий год жизни ребенка называют периодом, который проходит под девизом: "Я сам!". Сейчас малыша вообще не нужно заставлять что-то делать самостоятельно - он только к этому и стремится, настойчиво и упорно, решительно отстаивая свое право делать все без вашей помощи и получая огромное удовольствие от достижения цели.

Как правило, родителям двухлетних детей гораздо больше внимания приходится обращать на то, чтобы не мешать ребенку быть самостоятельным. И это, возможно, самый важный момент! Именно сейчас, на третьем году жизни, ребенок может и должен овладеть всеми навыками самообслуживания: есть и пить, умываться и чистить зубы, одеваться и раздеваться, своевременно пользоваться горшком. Он с легкостью может

научиться убирать за собой игрушки, вытирать тряпкой стол, аккуратно складывать одежду.

Вам трудно в это поверить? Тем не менее это так, и более того: для достижения таких успехов вам вовсе не обязательно прикладывать какие-то значительные усилия, кроме одного - не мешать! Не хватать его за руки, не одергивать и не поправлять на каждом шагу, не пытаться все сделать за него, потому что он "маленький и ничего не умеет"!

На практике это, конечно, не так уж просто. Прежде чем дитя научиться умываться, пол в ванной комнате не раз и не два окажется залит водой. Самостоятельное одевание карапуза легко может расшатать нервную систему мамы, особенно если сама она по темпераменту холерик или сангвиник. И все - таки необходимо взять себя в руки, набраться терпения и обращаться с ребенком осознанно, а не под влиянием импульса.

Планируя все свои дела, заранее закладывайте в расписание час или полтора (в зависимости от особенностей поведения ребенка) "на самостоятельность". Не делайте за ребенка того, что он может сделать сам. Давайте ему возможность опробовать самостоятельно всякий новый навык, и лишь в том случае, когда становится очевидным, что самому ему не справиться, предлагайте помощь (причем эта помощь должна быть обучающей: не "давай я сделаю сама!", а "посмотри, это делается так"). С другой стороны, не нагружайте его заданиями, с которыми он определенно не может справиться: постарайтесь, чтобы карапуз пореже испытывал ощущение собственного бессилия и почаще добивался успеха.

Как научить ребенка одеваться?

Если ваш ребенок сейчас именно в таком возрасте - от двух до трех лет, - примите во внимание приведенные ниже советы.

- Не нужно немедленно требовать от ребенка, чтобы он, начиная с этого момента, всегда одевался только сам. Но - и это очень важно! - когда он по своей доброй воле берется за одежки и старается надеть их сам, ни в коем случае не мешайте ему, не пытайтесь сделать все за него!

- Планируйте свое время таким образом, чтобы вы могли чувствовать себя спокойно, пока ребенок осваивает науку одевания. Лучше встать утром на полчаса раньше, чем лишить ребенка возможности вовремя овладеть новыми навыками.

- Если же малыш не проявляет желания одеваться самостоятельно, можно немножко подтолкнуть его. Например, вы можете надеть ему носочки, но не до конца, и предложить самому подтянуть их повыше.

- Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять.

Как и любой другой навык, умение одеваться и раздеваться складывается постепенно, и вы поможете малышу, если будете ненавязчиво, но постоянно предлагать ему маленькие "уроки": самому продеть руки в рукава, одернуть не до конца надетое платьице и т. д. Можно играть с ребенком, устраивая соревнования: кто быстрее наденет носки и футболку.

Как защитить от простуд ребенка, который скоро пойдет в детский сад?

Начинайте закалять ребенка. Вообще, лучше всего начинать это делать, как только малыш появился на свет (и даже раньше, пока он еще спрятан у мамы в животе!), но и сейчас еще не все потеряно. Конечно, не стоит обливать ледяной водой неподготовленного ребенка в феврале месяце. Лучшее время для начала всех оздоровительных процедур - лето.

Собственно, летом и процедур-то особых не требуется. Предоставьте малышу побольше свободы - и он прекрасно закалится без всяких усилий с вашей стороны! Купание, минимум одежды, теплые летние лужи, хождение босиком - вот и весь "оздоровительный комплекс".

После привольного летнего отдыха дети возвращаются в город с приличным запасом здоровья. И вот теперь главное - не растерять этот запас, а, наоборот, приумножить, то есть заняться собственно закаливанием.

Опять-таки пресловутое ведро с водой может и подождать. Достаточно ежедневно поливать малышу холодной водой ладошки и ступни. Кстати, маленькие дети, а порой и большие тоже, очень любят игры с водой, и из этого можно извлечь тройную пользу: во-первых, такое занятие волшебным образом воздействует на состояние эмоциональной сферы ребенка, во-вторых - закаляет, если вода прохладная, а не ледяная или горячая, в-третьих - возможно, малыш скоро научится мыть посуду и избавит вас от этой "повинности".

Возвращаясь с дачи в городскую квартиру, вовсе не обязательно лишать ребенка возможности ходить босиком. Поверьте, тапки, теплые носки и колготки - вещь совершенно необязательная для малыша, пока он находится

дома (речь, конечно, идет о нормальных условиях, а не о тех случаях, когда на дворе холод, а отопление еще не подключили!). Это, кстати, одна из очень распространенных ошибок: все время старательно утеплять детские ножки. Может быть, виноват граф Суворов с его знаменитым "держи ноги в тепле". Но ведь этот совет был адресован солдатам в походе, а в условиях современной городской квартиры безоглядно следовать ему не только не обязательно, но даже потенциально вредно.

Вот что очень важно осознать: у маленьких детей иной теплообмен, чем у взрослых, - более здоровый. Взрослый организм по сравнению с детским и испорчен, и избалован, и зашлакован, и бог знает что еще. К тому же сравните - сколько двигаетесь вы и сколько - ваше чадо. Отсюда следует ценный вывод: если вы мерзнете, это еще не означает, что ребенку тоже холодно. Большинство детских простуд на первом году жизни - от перегрева.

Конечно, бросаться в крайности, постоянно держать ребенка полностью раздетым не нужно. Но при нормальной, комнатной температуре малышу вполне можно позволить ходить босиком. Если полы в квартире холодные, бетонные, покрытые лишь простым линолеумом, нужно позаботиться о каком-нибудь более комфортном покрытии вроде ковролина. Кстати, очень весело и очень полезно устраивать малышу дорожки из разных материалов: разложите на полу шершавые коврики (например, резиновые для ванной), кусок меха, подушечки, заполненные разным сыпучим материалом - гречкой, горохом, фасолью и даже шишками (такие подушки изготавливаются своими руками за две минуты - например, из старых наволочек). Прогулка босиком по такой дорожке - нечто иное, как прекрасный массаж стоп, на которых, как известно, располагаются все важные рефлекторные точки.

Для того чтобы здоровый образ жизни малыша был совсем уж совершенным, к водным процедурам и хождению босиком (и вообще отказу от перегрева!) добавьте гимнастику и, по возможности, массаж. Конечно, ребенок и так двигается очень много, но десять-пятнадцать минут веселых упражнений под

музыку принесут отдельную пользу. Массаж тоже очень полезен здоровым детям, а часто болеющим (или имеющим какое-то хроническое заболевание) просто необходим. Кстати, если ваш малыш и до начала посещения детского сада не отличался крепким здоровьем, проконсультируйтесь с врачом-специалистом по лечебной физкультуре: он подберет комплекс упражнений, нужных именно вашему ребенку, и вы сможете дома заниматься с ним самостоятельно.

И конечно, нельзя не упомянуть одно из самых лучших средств поддержания здоровья - бассейн. Здесь вам и водные процедуры, и движение, и даже массаж (в роли массажиста выступает вода). Обязательно запишитесь в бассейн и ходите вместе с малышом. Соображения финансового порядка в этом вопросе не должны вас останавливать: считайте, что регулярное посещение бассейна - вещь столь же необходимая, как покупка зубной пасты. Или попробуйте подсчитать, сколько вы сэкономите на лекарствах и больничных, если вместо того, чтобы болеть, ваш ребенок будет нырять и плавать.

Высший пилотаж - совмещать поход в бассейн с посещением сауны. Это тоже очень полезно, но следует иметь в виду, что далеко не все дети получают удовольствие от сауны или парной. Впрочем, это можно проверять время от времени. Бывает, что малыш, прежде отказывавшийся даже войти в жаркое помещение, спустя полгода ни с того ни с сего становится заядлым любителем хорошенько попариться.

Это грозное слово "режим"... Какой режим дня принят в детских садах?

В стандартном детском саду распорядок дня примерно таков:

7.00 - 8.30 - прием детей в группу

9.00 - завтрак,

затем - прогулка, занятия

12.00 (или **12.30**) - обед

13.00 -15.00 - тихий час

15.30 - полдник,

затем - игры, прогулка.

Закрываются детские сады, как правило, в **19.00**, на практике же часам к шести вечера детишек обычно уже разбирают по домам.

Приведенный режим - общая схема, в которую каждый из садиков может вносить некоторые вариации. Но тем не менее, начиная подготовку малыша к походу в детский сад, вы вполне можете ориентироваться именно на этот распорядок дня. И если до сих пор режим вашего ребенка существенно отличался от указанного (например, он ложился спать очень поздно и спал до десяти-одиннадцати часов утра), вам, конечно, нужно привести режим в соответствие с "нормативами".

Это обязательно надо сделать до того, как ребенок пойдет в детский сад. Урегулирование режима - не из тех дел, которые можно пускать на самотек, рассчитывая, что все наладится само собой. Нередко трудности в адаптации к садику бывают вызваны именно тем, что ребенку никак не удается привыкнуть к новому распорядку дня.

Вообще, маленькие дети очень любят, чтобы все было "по расписанию", одинаково изо дня в день. Любые перемены в привычном течении жизни - даже значительно менее глобальные, чем поход в детский сад! - могут вызвать бурю протеста со стороны маленького консерватора. И этот консерватизм - не отклонение, а, напротив, очень ценное качество. Оно

говорит о том, что у малыша уже формируется устойчивое представление о собственном "я", внутренняя психическая целостность.

Так что перемены нужно вводить в жизнь ребенка постепенно и "малыми дозами". Каждый день понемногу сдвигайте все дела таким образом, чтобы в конце концов приблизиться к садиковому режиму. Например, вставайте каждый день чуть раньше, пораньше завтракайте и выходите на прогулку. Соответственно и вечером укладывайте малыша в кровать не так поздно, как прежде, учитывая, что утром ему предстоит ранний подъем.

А что же делать, если ребенок днем не спит?

В первую очередь надо разобраться, почему именно ребенок не спит днем. Потому, что вам не хочется его укладывать (иногда по каким-то причинам вы не успеваете этого делать), или потому, что он действительно не нуждается в дневном сне?

Второй вариант, кстати, не слишком распространен. Есть, конечно, дети, которые уже лет с двух не нуждаются в дневном сне, но это большая редкость. Как правило, хотя бы до четырех лет, а то и больше, ребенку нужно днем спать хотя бы час-полтора. Попробуйте приблизить режим дня к принятому в детском саду; если малыш будет вставать в 7.30 - 8.00, то к середине дня наверняка начнет позевывать.

Если привычки спать днем у него до сих пор не было, можно поначалу просто укладывать его в кровать и читать ему книжку. Пусть не спит, но хотя бы полежит. Понемножку приучайте его тихо лежать одного, без постоянного вашего присутствия рядом. Будьте готовы к тому, что такое обучение займет немало времени. Не надо сразу загонять малыша в какие-то жесткие рамки, требовать от него беспрекословного следования новым правилам - это невозможно. Попробуйте предложить ему какие-то тихие занятия: можно дать ребенку в постель любимую мягкую игрушку или несколько книжек, которые он любит рассматривать. Самое важное сейчас - чтобы малыш постепенно усвоил сам факт, что после обеда наступает тихий час и что в это время нужно оставаться в кровати и вести себя очень тихо.

Зачем прощаться?

Наверно, многие взрослые переживали огромный соблазн вообще избегать прощаний: ребенок отвернулся, а ты на цыпочках и - в двери. Конечно, после таких расставаний на душе кошки скребут и хочется вернуться посмотреть, как он там (что, конечно, не улучшает настроение на работе), зато слез не было (или, по крайней мере, при тебе не было).

Такой способ строить отношения с ребенком совсем не хорош ни для малыша, ни для родителей.

Вот четыре причины того, почему убегать не прощаясь плохо для ребенка:

- ребенок видит, что родители боятся прощаний, и делает вывод, что расставания - это что-то очень страшное, поэтому он сильнее старается удерживать около себя привычные и любимые веши, очень много сил тратит на контроль того, что у него есть, и ему не хватает сил на новые знакомства; он может сторониться нового или быть агрессивным в новых контактах;

- ребенок переживает, что родители считают его слишком слабой личностью для того, чтобы справляться с серьезными чувствами; он может смириться с тем, что он "слабенький" и "ранимый", вести себя капризно и подражать маленьким, а может начать активно доказывать, какой он сильный и самостоятельный через агрессивное поведение с теми, с кем он остается без родителей. И то, и другое, к сожалению, - ложное лицо маленького человека, а какой он на самом деле - ему еще предстоит понять;

- ребенок ревнует родителей к их делам (к работе, друзьям, магазинам и парикмахерским); ему кажется, что если родители тайно убегают от него куда-то, значит, они любят что-то ТАМ больше, чем его ЗДЕСЬ; ему трудно будет научиться уважать работу родителей из-за этой ревности;

- ребенок чувствует себя неполноценным членом семьи: его обманывают, с его чувствами не считаются.

А вот четыре причины того, почему убегать не прощаясь плохо для родителей:

- ребенок, который опасается новых контактов, будет сильнее и сильнее привязывать к себе маму, не позволяя ей отходить от себя (иногда ни на шаг);

- ребенок, который с помощью агрессии доказывает, что он достаточно большой и сильный, чтобы с ним говорили серьезно, причиняет много хлопот, ссоря мам и пап с бабушками, нянями и воспитателями;

- ребенок, который ревнует родителей к работе и другим делам, вынуждает их делить жизнь на "семью" и "работу" и испытывать чувство вины;

- ребенок, который заметит, что его обманывают, может начать манипулировать и всегда найдет способ заставить родителей переживать, нервничать и опаздывать на свои важные встречи: слезами, жалобами, плохим сном, аппетитом и поведением.

Возможно, кто-то скажет: ну уж это вы слишком! Неужели все эти проблемы могут обрушиться на родителей из-за такой мелочи! Подумаешь, не попрощался с годовалым шкетом!

А вот для ребенка умение прощаться и отпускать - вовсе не мелочь, а важный аспект истинно человеческих отношений. Может быть, первый в его жизни опыт отношений в социуме, где ты - важен, но ты - не один.

Как лучше прощаться

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания. Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый.

Итак, ребенок хочет:

- знать, куда уходит мама;
- знать, когда она придет;
- быть уверенным, что с ним ничего не случится;
- быть уверенным, что с ней ничего не случится;
- быть уверенным, что она получает удовольствие от того, что делает, и ей там не хуже (хотя и не лучше), чем здесь.

В то же время взрослый хочет:

- обеспечить безопасность ребенка;
- не опоздать туда, куда идет;
- оставить ребенка в достаточно хорошем настроении;
- вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша.

Постараемся совместить эти пожелания в одной стратегии.

- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).
- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в парикмахерскую стричь волосы", или "Я иду на работу печатать на компьютере", или "Я иду к тете Лене пить чай"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.

- Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.

- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: "Ты будешь с бабушкой. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".

- Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: "Ну нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести..." Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

Как избежать сцен и манипуляций

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями, а манипуляции мешают ему активно развиваться, поэтому он будет рад, если родители смогут с этим справиться. Сам он "остановиться" не может, ведь таким поведением он защищает себя от тревоги!

Победить "сцены" помогут "ритуалы".

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Справиться с манипуляциями можно только всей семьей: взрослые перед тем, как "воспитывать самостоятельность" ребенка, должны определиться, как они сами хотят (и действительно ли хотят) строить свою деловую жизнь. Если мама или папа не уверены в своих планах, ребенок, который лучше чувствует себя в присутствии взрослых, а не со своими сверстниками, обязательно воспользуется их сомнениями и не будет пытаться справиться сам со своей проблемой взросления.

Фразы, которые ухудшают ситуацию

Вот 5 фраз, которые мамы произносят, отчаявшись убедить ребенка в том, что им нужно уйти по делам:

- "Ты же сам говорил (говорила), что с бабушкой хорошо, почему ты теперь не хочешь с ней оставаться?";
- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
- "Ну пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

Искусство успокаивать ребенка

Успокаивать встревоженного расставанием ребенка - довольно непростое занятие. Оно требует времени, терпения и уверенности в своей правоте.

Первое и САМОЕ ГЛАВНОЕ, что нужно помнить родителям, успокаивающим ребенка, это то, что они именно УСПОКАИВАЮТ РЕБЕНКА, а не обеспечивают себе спокойный день, не оберегают бабушку от капризов или соседей от крика.

Ребенок нуждается в успокоении, потому что он маленький и не может справиться со своими переживаниями сам. Взрослый всегда может успокоить ребенка, потому что ребенок НАДЕЕТСЯ на взрослого, считает его более сильным, более опытным, более терпеливым. Ребенок устраивает самые бурные сцены самым близким и любимым именно потому, что доверяет им, их силе и мудрости.

Чтобы успокоить ребенка, нужно ему СОЧУВСТВОВАТЬ и верить, что малыш ничего не делает "назло", он просто переживает еще непонятное ему взросление.

Три способа показать ребенку, что вы ему сочувствуете.

- Взять ребенка на руки (посадить на колени, прижать к себе), покачать, как маленького, погладить и сказать, что вам действительно жаль его, ведь он так сильно расстраивается!
- Подумать, отчего именно ВАШ ребенок расстроен больше всего, и сказать ему об этом (ведь сами дети чаще всего не могут рассказать словами о своих переживаниях). Например: "Тебе так не хочется идти в садик!", или "Ты так боишься, что я поздно вернусь!", или "Тебе грустно, что ты остаешься один (одна) без меня...", или что-нибудь еще, ведь каждая мама очень хорошо чувствует, что именно тревожит ЕЕ малыша, только не всегда говорит об этом вслух.

- Выслушать все сердитые и обидные слова, которые говорит ребенок, не оправдываясь, ведь главное сейчас - это переживания ребенка, а не переживания сочувствующего взрослого.

Важно помнить, что при расставании именно ребенок нуждается в утешении, а вовсе не взрослый, озабоченный собственными переживаниями. Успокаивая ребенка, не ждите от него прощений, разрешений и оправданий для себя!

Каждый маленький ребенок очень хочет, чтобы мама и папа были спокойны и веселы. Он плачет, когда видит плачущую маму. Он сжимается от страха, когда мама и папа ссорятся. Он хотел бы помочь своим любимым, но ему трудно нести ношу сочувствия взрослым. Невыносимость этой ноши делает одних детей капризными, тревожными, других - раздраженными, пугливыми, а третьих - даже агрессивными.Сочувствуя ребенку, нужно постараться не начать сочувствовать себе, меняясь с ребенком ролями.

Если же маме или папе самим тяжело дается успокоение ребенка, если они сами слишком сильно переживают и им хочется прижаться к малышу, пожаловаться ему и утешиться около него, то им лучше поговорить об этом друг с другом, с хорошими друзьями, а может, даже с психологом.

Приложение

Первичная анкета для родителей дошкольников

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Для создания точной и подробной картины нынешнего психологического состояния Вашего ребенка, а также для определения ближайших перспектив его развития просим Вас помочь нам в проведении психологического обследования Вашего ребенка и предоставить необходимую информацию. Со своей стороны гарантируем полную конфиденциальность и использование предоставленной информации только в интересах Вас и Вашего ребенка.

1. Ребенок :

а) фамилия, имя……..

б) дата рождения…….....

в) сколько лет, месяцев…….....

г) домашний адрес, телефон……

2. Мать :

а) фамилия, имя, отчество……...

б) год рождения……

в) образование, специальность, место работы……

3. Отец :

а) фамилия, имя, отчество……

б) год рождения……

в) образование, специальность, место работы……

4. Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком)……

5. Есть ли в семье другие дети, их возраст, каковы взаимоотношения с ними……

6. К кому из членов семьи ребенок больше привязан……

7. Доношен ли ребенок, были ли осложнения в дородовой период.....

8. Были ли осложнения при родах (родовая травма).....

9. Как долго ребенка кормили грудью.....

10. Часто ли болеет ребенок, перенесенные заболевания (в каком возрасте, тяжесть заболевания):…..

Наличие травм и операций, хронических и наследственных заболеваний:…….

11. Кто воспитывал ребенка первые два года, кто ухаживал за ребенком?.....

12. Когда начал сидеть……., ползать……., стоять……., ходить…….. Когда появились первые слова……., фразы……., насколько активным было речевое общение?……

13. Насколько активным был ребенок в первые два года?.....

С кем предпочитал общаться ребенок.....

Как складывались отношения ребенка с незнакомыми людьми (боялся чужих, легко вступал в контакт и т.д.).....

14. Были ли длительные разлуки с родителями (матерью…….., отцом……)

Какова была реакция ребенка.....

15. С какого возраста начал ходить в ясли....., детский сад, другие детские учреждения.....

Как проходила адаптация к учреждению (болезненно, с трудом первое время, спокойно и т.д.).....

16. Основные виды игр и занятий дома……

17. Какие игрушки любит, кто их убирает……

18. Охотно ли вступает в контакты, общение (нужное подчеркнуть):

- с детьми своего возраста - да - нет;

- с детьми старшего возраста -да -нет;

- с незнакомыми взрослыми - да - нет;

- с родными - да - нет.

19. Осуществляете ли Вы специальную подготовку ребенка к посещению дошкольного учреждения? Как именно?.....

Как ребенок к этому относится (без особого желания, крайне негативно, положительно)?

20. Какие у ребенка отношения с детьми в детском саду, если есть трудности - какие.....

21. Хочет ли ваш ребенок ходить в детский сад? Почему?.....

22. Каким Вы считаете своего ребенка (подчеркните): - спокойным, малоэмоциональным, очень эмоциональным.

23.Какие особенности поведения вашего ребенка более всего Вас беспокоят? (Например, страхи: боязнь темноты, животных, машин, конфликтов в семье, наказания, определенных людей, ситуаций, предметов и др.)……

(Необходимо подчеркнуть, желательно прокомментировать, дописать на обороте листа).

24. Что умеет делать ребенок самостоятельно……

25. Бывает ли у вашего ребенка и как часто: нарушения сна, питания, внезапные изменения настроения (безудержный плач, смех), икание, недержание мочи и кала, лицевой тик, избыточное потение и сердцебиение при волнении и т.д.?.....

26. Есть ли у вашего ребенка такие привычки, как: обгрызание ногтей, постукивание, посвистывание, поплевывание, почесывание, пощелкивание пальцами, сосание пальцев и др.?.....

27. Бывают ли у вашего ребенка боязнь общения со взрослыми, старшими или младшими детьми, сверстниками, навязчивые желания и мысли?.....

28.Насколько часто Вы с ребенком ходите куда-нибудь и куда?……

29. Как Вы наказываете ребенка (перечислить), какая мера наказания наиболее действенна?…..

30. Какие меры поощрения Вы применяете, какая мера поощрения наиболее действенна?……..

31. Выполнение каких режимных моментов доставляет Вам больше всего трудностей дома (нужное подчеркнуть): подъем, умывание, кормление, укладывание спать, другое (допишите) ……

32. Какой аппетит у Вашего ребенка (нужное подчеркнуть): хороший, ест все, плохо и мало, в зависимости от того, что в тарелке.

Как Вы его кормите дома (нужное подчеркнуть): он ест сам, сначала ест сам, а потом докармливаем; чаще его кормят с ложки взрослые; ест аккуратно; не очень аккуратно; мы добиваемся, чтобы он ел все, что дают; мы разрешаем не есть то, чего он не хочет; пусть ест, сколько хочет; тарелка должна быть чистой.

33. Как засыпает ребенок дома (нужное подчеркнуть): быстро, медленно, сам, с ним рядом сидит кто-то из взрослых, иногда мочится во сне, раздевается перед сном сам, одевается после сна сам, его раздевают и одевают взрослые?

34. Что Вас беспокоит в ребенке……

35. Что Вы хотели бы узнать и какие советы получить от нас……

БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ПОДРОБНЫЕ И ИСКРЕННИЕ ОТВЕТЫ!

СПАСИБО!

Дата заполнения…….....

Адаптационная карта ребёнка.

Фамилия, имя _____

Дата рождения _____

Дата первого посещения _____

Дата / Фактор														
1.														
2.														
3.														
4.														
Уровень адаптации:														

Заболеваемость:

№	Месяцы	Дни, пропущенные по болезни	Всего дней
1.			
2.			
3.			
4.			

Степень адаптации:_____ _____

Адаптационная карта ребёнка.

Фамилия, имя __Иванова Екатерина_____

Дата рождения ____12.05.2002 г._____

Дата первого посещения ____15.11.2003 г._____

Дата Фактор	01.12.	3.12.	5.12.	9.12.	11.12	13.12	16.12.	18.12.	22.12	24.12.	30.12.	5.01.	12.01	19.01
1.	-2	-2	-1	-1	-1-	+1	+1	+1	+2	+2	+2	+2	+2	+2
2.	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-1	-1	-1	-1	-1	-1	+1	+1
3.	-1	-1	-1	-1	-1	-1	+2	+2	+2	+2	+2	+2	+2	+2
4.	+1	+1	+2	+2	+1	+1	+2	+2	+2	+2	+2	+2	+1	+2
Уровень адаптации:			-2								средний			+7

Заболеваемость: низкая

№	Месяцы	Дни, пропущенные по болезни	Всего дней
1.	Ноябрь	20-23	4
2.	Декабрь	19-21	3
3.	Январь	0	0
4.	Февраль	10-13, 17-21	9

Степень адаптации:___средняя_____

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

(определение готовности ребёнка к поступлению в дошкольное учреждение)

1. Преобладающее настроение Вашего ребёнка:

- бодрое или подавленное;
- уравновешенное или раздражённое;
- неустойчивое.

2. Характер засыпания:

- быстрый, в течении 10 минут;
- медленный;
- очень медленный.

3. Характер и длительность сна:

- спокойный;
- неспокойный;
- длительность соответствует возрасту;
- длительность не соответствует возрасту.

4. Аппетит ребёнка:

- хороший;
- избирательный;
- неустойчивый;
- плохой.

5. Отношение ребёнка к высаживанию на горшок:

- положительное;
- отрицательное.

6. Навыки опрятности:

- просится на горшок;
- не просится на горшок, но бывает сухой;
- не просит, ходит мокрый.

7. Нежелательные привычки:

- сосед палец или пустышку;
- раскачивается, когда сидит или стоит;
- другое (укажите, что именно).

Если у Вашего ребёнка есть особенности поведения, о которых стоит знать воспитателю, напишите об этом.

ВОПРОСНИК ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ СПОСОБНОСТИ РЕБЁНКА АДАПТИРОВАТЬСЯ К ЖИЗНИ (А. Фромм).

- Легко ли рассмешить вашего ребёнка?
- Как часто он капризничает (нормативно реже 1-2 раз в неделю)?
- Ложиться ли ребёнок спать спокойно?
- Всё ли ест ваш ребёнок, в достаточном количестве, не капризничая?
- Есть ли у ребёнка друзья, с которыми он охотно играет?
- Часто ли ребёнок выходит из себя?
- Всегда ли нужно присматривать за вашим ребёнком?
- Удаётся ли ему не мочиться в постели?
- Нет ли у него привычек, сосать большой палец, хныкать, много и подолгу фантазировать?
- Можете ли вы оставить ребёнка одного, не опасаясь, что он расплачется?
- Хорошо ли ребёнок ведёт себя со сверстниками, нуждается ли в особом присмотре?
- Нет ли у ребенка, каких – либо незначительных страхов?
- Если на поставленные вопросы получено более половины отрицательных ответов, необходимо обратиться к специалисту.

Опросник является эффективным средством для выявления проблем в адаптации для детей в возрасте до 3 лет, от 3 до 6 лет он носит вспомогательный характер.

А Н К Е Т А - О П Р О С

Уважаемые родители, отвечая на следующие вопросы, вы окажете помощь в правильной организации воспитательного процесса.

1. У моего ребенка есть отдельная комната (или уголок), где он может играть и хранить свои игрушки

   _____

2. В игровом уголке моего ребенка есть стол и стул, которые подходят ему по росту и возрасту.

   _____

3. На полке у моего ребенка больше машинок, кукол, меховых игрушек, чем кубиков, конструкторов, пирамидок (нужное подчеркнуть) или другие игрушки:

   _____

4. У моего ребенка есть любимая игрушка (укажите какая)_____
5. У нас дома есть детский спортивный комплекс_____
6. Моему ребенку всегда доступны бумага, карандаши, пластилин, краски_____
7. Я каждый день читаю книги моему ребенку_____
8. У моего ребенка есть любимая сказка, которую он готов слушать много раз (какая?)_____
9. Мой ребенок чаще играет не с игрушками, а с другими предметами (какими?)

   _____

10. Мой ребенок больше любит смотреть телевизор, чем играть_____

Анкета-знакомство

1. Фамилия, имя, дата рождения ребенка, национальность.
2. Домашний адрес и телефон.
3. Мама (Ф И О , национальность, профессия, образование, место работы, раб. телефон,)
4. Папа (Ф И О , национальность, профессия, образование, место работы, раб. телефон,)
5. Проживающие в семье бабушка, дедушка, сестра…(национальность, язык общения в семье).
6. Подвержен ли ребенок простудным заболеваниям?
7. Как засыпает?
8. Как называют ребенка дома?
9. Навыки самообслуживания
10. Умеет ли ребенок играть сам?
11. Его любимые игры и игрушки?
12. С желанием ли играет с другими детьми? Делится ли своими игрушками?
13. Каковы любимые занятия дома? Вне дома?
14. Хочет ли посещать детский сад?
15. С какими трудностями в воспитании вы сталкиваетесь?
16. Что бы вы хотели получить от пребывания ребенка в детском саду?

Уважаемые родители!

Просим ответить на вопросы данной анкеты.

ФИО писать не обязательно. Возле правильного ответа ставьте «+», а если затрудняетесь ответить, переходите к следующему вопросу.

Ваши пожелания помогут успешно организовать жизнь ребенка в детском саду, что-то изменить, на что-то посмотреть другими глазами

1. Как прошла адаптация ребенка к детскому саду:
    a. Ребенок адаптировался полностью
    b. Ребенок утром не хочет идти в детский сад
    c. Ребенок иногда не хочет идти в детский сад
    d. Ребенок вечером изъявляет желание еще поиграть в детском саду.
2. Как протекала адаптация вашего ребенка к детскому саду?

    Малыш шел в детский сад:
    a. С плачем
    b. С уговорами
    c. Без эмоций
    d. С удовольствием
3. Что, по вашему мнению, повлияло на успешную адаптацию:
    a. Действия всех сотрудников
    b. Совместные действия сотрудников и родителей
    c. Действия родителей.
4. Каким было поведение вашего ребенка после первых дней посещения детского сада:
    a. Обычным
    b. Отказывался от еды
    c. **Плохо засыпал**
    d. Был сильно угнетен
    e. Полон впечатлений
    f. Все эти факторы имели место

g. Как вы думаете, каковы пути успешной адаптации к детскому саду? Что на ваш взгляд, нужно изменить? Что бы вы хотели увидеть в детском саду? Ваши пожелания.

Памятка для родителей

вновь поступающего ребенка.

При оформлении ребенка в ДОУ «Сардаана» родителям необходимо:

- Подготовить документы:

1. Копия свидетельства о рождении,
2. Копия медицинского страхового полиса,
3. Справки с места работы обоих родителей,
4. Путевка социального отдела ПУ «Алмаздортранс»,
5. Лист медосмотра из детской поликлиники.
6. Справка СЭН об эпидокружении.

- Заключить договор у заведующей.

- Внести предоплату.

- Подготовить ребенку несколько комплектов запасного белья и одежды с меткой, сменную обувь, несколько носовых платков, пристегивающихся к одежде ребенка.

- Максимально приблизить домашний распорядок дня к режиму детского сада, до начала посещения ребенком ДОУ, т.е. подъем ребенка в 7ч.30мин., дневной сон с12.00 до 15.00, ночной сон с 21 часа.

***Режим посещения детского сада в период адаптации*:**

Первые 5 дней – совместное пребывание ребенка в группе с мамой (или другим членом семьи) не более 3-х часов.

Следующие 5 дней –

1,5 часа совместное пребывание и 1-1,5часа ребенок находится в группе без родителей.

Следующие 5 дней –ребенок без родителей остается в группе до 3-4 часов.

В последующие дни время пребывания ребенка в группе постепенно увеличивается.

Все дни адаптационного периода ребенок обеспечивается двухразовым питанием и витаминным комплексом.

Приложение

Тема: “Вот Я какой!”

Цель: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи:

- создание положительного эмоционального климата в группе;
- развитие самопонимания, самоосознания своей индивидуальности;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие чувства ритма, координации движений.

Материал:

Корзинка с сюрпризами.

Солнышко — мягкая игрушка, погремушка, кукла Малыш.

Ход занятия

Организация начала занятия.

Стульчики расставлены полукругом. Педагог звенит в погремушку, приговаривает:

Погремушка играет-
Деток собирает!

Предлагает предлагает детям присесть на стульчики.

Педагог: Доброе утро, дети! Я очень рада вас видеть. Сегодня у нас в гостях малыш.

Достаёт куклу малыша, одетого в песочник или трусики.

Педагог: Ребята, посмотрите какой хороший малыш. Он похож на вас?

Ответы детей.

Педагог показывает каждую часть туловища куклы и просит детей назвать её.

Игра “Большие – маленькие”

Педагог: Покажите, малышу, какие вы сейчас большие.

Дети встают в полный рост.

Педагог: А теперь, покажите, какие вы были маленькие.

Дети приседают на корточки;

Педагог: А какие вы будете, когда станете взрослыми.

Дети встают на носочки и тянутся руками вверх. Игра повторяется 2-3 раза.

Педагог: Дети, на стульчики свои пройдите и на Лялю посмотрите.

Ляле мы сейчас расскажем и ручками покажем, что у вас есть.

Игра “Это Я”.

Это глазки. Вот. Вот.---------*Показывают сначала левый, потом правый глаз.*
Это ушки. Вот. Вот.---------- *Берутся сначала за левое ухо, потом — за правое.*
Это нос. Это рот. ---------- *Левой рукой показывают рот, правой нос.*
Там спинка. Тут живот.-------- *Левую ладошку кладут на спинку, правую на живот.*
Это ручки. Хлоп, хлоп.-------- *Два раза хлопают.*
Это ножки. Топ, топ. --------- *Два раза топают.*
Ой, устали. Вытрем лоб. --------- *Правой рукой вытирают лоб.*

Далее педагог спрашивает детей:

- Покажите, где ваши ножки? (*Дети показывают ноги).*

- А что умеют делать ваши ножки? (Ходить, прыгать, бегать, топать и т. п.)

- Покажите малышу, как вы умеете шагать, бегать, играть.

Педагог: Дружно все вставайте и за мной всё повторяйте.

Упражнение “Наши ножки”

Большие ноги шли по дороге:---------- *Большими шагами идут друг за другом.*
Топ, топ, топ,
Топ, топ, топ,
Маленькие ножки бежали по дорожке: ---------- *Маленькими шагами бегут друг за другом.*
Топ, топ, топ,
Топ, топ, топ.
Ваши ножки убегают- ---------- *Возвращаются на свои места*.
Только пяточки сверкают.

Педагог: Ну, ребятки не зевайте, а за мной всё повторяйте!

Игра “Пляшут наши детки! ”

Где же, где же наши ручки?---------- *Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга.*
Где же наши ручки?
Нету наших ручек! ---------- *Прячут руки за спину.*
Вот, вот наши ручки! ---------- *Выставляют руки вперёд.*
Вот наши ручки! ---------- *Поворачивают ладошки вверх-вниз.*
Пляшут, пляшут наши ручки! -------- *Показывают фонарики.*
Пляшут наши ручки!
Где же , где же наши ножки?----------*Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга*

Где же наши ножки?

Нету наших ножек! ---------- *Обхватывают ноги руками*

Вот, вот наши ножки!

Вот наши ножки! ---------- *Ритмично хлопают ладошками по ногам.*

Пляшут, пляшут наши ножки! ---------- *Ритмично топают ногами.*

Пляшут наши ножки!

Где же, где же наши детки?----------*Разводят руками удивлённо смотрят друг на друга*

Где же наши детки?

Нету наших деток! ---------- *Закрывают лицо ладошами.*

Вот, вот наши детки!

Вот наши детки!---------- *Встают в полный рост, разводят руки в стороны.*

Пляшут, пляшут наши детки! -------- *Пританцовывая, поворачиваются вокруг себя.*

Пляшут наши детки!

Педагог:

А сейчас мы отдохнём и опять играть начнём.

Погладим себя по головке.

Похвалим: хорошо играли, славно танцевали....

Погладим ножки, ручки...

Педагог:

Ручки не деритесь,

Ручки не сердитесь.

Лучше подружитесь...

Пальчиковая гимнастика “Дружные пальчики!”

Дружат в нашей группе ---------- Подушечки пальцев одной руки дотрагиваются до

Девочки и мальчики---------- подушечек пальцев другой руки.
Мы с тобой подружим маленькие пальчики. ---------- Пальчики сцепляются в замок.

Упражнение “Покачай малыша!”

Дети по очереди качают малыша на руках, приговаривая вместе с педагогом:

Бай, бай, бай, бай,
Ты, собачка не лай
И в гудочек не гуди;
Нашу Лялю не буди.

Педагог: Наш малыш уснул.... И нам пора проститься. Но сначала солнышко подарит вам свою любовь тепло.

Солнышко, появись!
Светлое, лучистое,
Покажись.

Педагог достаёт из корзинки солнышко.

Упражнение “Подари любовь и тепло”

По очереди дети обнимают солнышко, передавая, друг другу.

Педагог: “ Солнышко вас любит, дарит свет и тепло Кате, Саше... И вы, ребята, нежно обнимите его, и подарите ему свою любовь и ласку ”.

Тема: “Вот как я умею”

Цель: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи:

- - помочь детям привыкнуть к новой обстановке и научиться ориентироваться в ней;
- создание положительного эмоционального климата в группе;
- развитие самопонимания, самоосознания своей индивидуальности;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие чувства ритма, координации движений.

Материал:

Корзинка с сюрпризами.
Солнышко — мягкая игрушка; колокольчик.

Ход занятия

Организация начала занятия.

Стульчики расставлены полукругом. Воспитатель звенит в колокольчик, приглашает детей на занятие и предлагает присесть на стульчики.

Колокольчик звенит,
Собираться велит!

Педагог: Здравствуйте, дети! Я очень рада вас видеть. Сегодня у нас в гостях Солнышко.

-Солнышко красное!
Появись.
Светлое, лучистое,
Малым детушкам улыбнись!

Педагог из *корзинки достаёт Солнышко.*

Педагог: Солнышко вам улыбается. Улыбнитесь ему тоже - подарите свои улыбки.

Солнышко: Здравствуйте, ребятушки. Милые, хорошие, славные, пригожие.

Дети: Здравствуй, Солнышко!

Педагог: Когда солнышко светит, на земле всё растёт: деревья, цветы, трава и, вы, ребята тоже растёте. Покажите солнышку, какими вы стали.

Игра “Большие – маленькие”

Педагог: А какими большими вы будете.

Дети встают на носочки и тянутся руками вверх к солнышку.

Педагог: А сейчас, покажите, какие вы были маленькие.

Дети приседают на корточки. Игра повторяется 2-3 раза.

Педагог: 1,2,3 - своё место найди!

А сейчас покажем и расскажем Солнышку, как мы живём.

Упражнение “Как живёшь?”

Сжать пальцы обеих рук в кулачки.

Как живёшь?----------*Показать оттопыренный большой палец*
-Вот так!
А плывёшь?---------- *Вытянуть руки вперёд, затем развести их в стороны*
-Вот так!
Как бежишь?---------*Согнуть руки в локтях, выполнять ими движения вперёд-назад.*
-Вот так!

Вдаль глядишь?---------- *Приложить ребро ладони ко лбу*

-Вот так!

Ждёшь обед?---------- *Подпереть подбородок кулачком*

-Вот так!

Машешь вслед?---------- *Выполнить кистью ведущей руки движения влево вправо*

-Вот так!

Ночью спишь?---------- *Лечь щёкой на сложенные вместе ладошки.*

-Вот так!

А шалишь?---------- *Надуть щёчки и хлопнуть по ним ладошками.*

-Вот так!

Упражнение "Что умеют ваши ручки?"

Педагог: А где же ваши ручки?

Дети: Вот наши ручки!

Протягивают вперёд и крутят ладошки.

Педагог: А что умеют ваши ручки?

Дети. Одеваться, играть, умываться...

Педагог: А хлопать в ладоши ваши ручки умеют!

Дети: Да!

Педагог: Покажите солнышку, как умеют ваши ручки, хлопать в ладоши, умываться.

Педагог: А играть ваши ручки умеют?

Дети: Да!

Педагог: Давайте, покажем солнышку, как они играют.

Педагог произносит потешку, показывает движения. Дети повторяют за ним.

Пальчиковая гимнастика “Здравствуй, пальчик”

Ладошки ставят друг напротив друга

Здравствуй, пальчик! ---------- *прикасаются мизинцами*
Здравствуй, пальчик! ----------*прикасаются безымянными пальцами*
Здравствуй, пальчик! --------- *прикасаются средними пальцами*
Здравствуй, пальчик! --------- *прикасаются указательными пальцами*
Здравствуй, пальчик! ---------*прикасаются большими пальцами*
Здравствуйте, пальчики! ----*соединяются пальцы обеих рук в замок.*

Педагог: Молодцы, ребята! Солнышку очень понравилось, как вы играете пальчиками.

Упражнение "Что умеют ваши ножки?"

Педагог: А где же ваши ножки?

Дети показывают ноги.

Педагог: А что умеют делать ваши ножки?

Дети. Ходить, прыгать, бегать, топать....

Педагог: Давайте покажем солнышку.

Педагог: Внимательно слушайте слова, повторяйте за мной слова и движения. Старайтесь двигаться дружно. Не обгоняйте друг друга.

Зашагали ножки: топ-топ-топ,---------- *шагают друг за другом*
Прямо по дорожке: топ-топ-топ,
Ну-ка, веселее: топ-топ-топ,
Вот как мы умеем: топ-топ-топ,
Побежали ножки по ровненькой дорожке, ---------- *побежали друг за*

другом

Убегают, убегают, ---------- *направляются к своим стульчикам*

Только пяточки сверкают! ---------- *присаживаются на свои места.*

А прыгать ваши ножки умеют?

Дети: Да!

Упражнение “Прыгай веселей”

Педагог: рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Прыгай, прыгай веселей! ---------- *Прыгают на двух ногах*

Прыгай, прыгай- побыстрей!

Вверх, вниз, вверх, вниз! ---------- *руки поднимают вверх, вниз*

И немного покружись!---------- *кружатся на месте.*

Мы немножко отдохнём и опять играть начнём.

Игра “Прятки”

Педагог предлагает детям закрыть глаза и прячет солнышко в группе, спрятав, звенит в колокольчик. Дети открывают глаза, ищут солнышко. Нашедшему ребёнку, все дети аплодируют. Игра повторяется 2-3раза.

Воспитатель: Солнышку, ребята, было с вами интересно, весело и на прощанье оно хочет вам подарить свою любовь и тепло.

Упражнение “Подари любовь и тепло”

По очереди дети обнимают солнышко, передавая друг другу.

Педагог: “ Солнышко вам дарит любовь и тепло. И вы, ребята, нежно обнимите его, подарив в ответ свою доброту и ласку”.

Художественно – эстетическое воспитание

Музыкальная деятельность детей раннего возраста в период адаптации

Кукольный театр «Весёлые музыканты»

Программное содержание: Путём театрализованных представлений развивать в детях яркие художественные впечатления, побуждать малышей принимать активное участие в действии, следить за развёртывающимся сюжетом.

Оборудование: ширма с домиком солнышка, музыкальные инструменты – дудка, бубен, колокольчики. Игрушки – ёжик, зайка, лисичка, собачка.

Муз. руководитель: Ребята, в этом домике спит солнышко. Я попробую его разбудить.

Солнце, солнце, выходи –
На ребяток погляди!

Спит солнышко крепко, не слышит меня. Ребятки, давайте все вместе позовём его. *Русская народная закличка «Солнышко»*

Солнышко – вёдрышко! *(дети вращают кистями)*
Выгляни в окошко! *(приставляют ладошки к глазам)*
Солнышко, нарядись! *(протягивают руки вперёд)*
Красное, покажись! *(ставят руки на пояс и качают головой)*

Воспитатель открывает ставни, в окошко появляется солнышко.

Муз. руководитель: Проснулось солнышко и улыбнулось всем.

На полянку, тили – дили,
Музыканты приходили!
Ай – да ёжик – музыкант,
Замечательный талант!

Как только дудка у ёжика заиграла, наши ножки сразу захотели танцевать!

«Дуда» музыка Александрова

Как без дудки, вот беда *(притоптывают ножками)*

Ходят ноги не туда

А как дудочку почуют,

Сами ноженьки танцуют!

Муз. руководитель: А как зайка стал плясать,

Петь и в бубен ударять:

- Бум! Бум! Трам – ра – ры!

Улетайте, комары!

Мы тоже умеем играть на бубне!

Игра «Бубен»

Бубен, бубен, позвени,

Ребятишек весели!

Деточки играют

В бубен ударяют.

Хлопай – раз и хлопай – два!

Интересная игра!

Муз. руководитель: И лисичка помогала –

В колокольчики играла!

Песня «Весёлый колокольчик»

1. Весёлый колокольчик –

Динь – динь, динь – динь, динь – динь!

Смеётся и хохочет –

Динь- динь, динь – динь, динь – динь!

2. Он пел чуть – чуть, не слышно –

Динь – динь, динь – динь, динь – динь!

Но снова солнце вышло –

Динь – динь, динь – динь, динь – динь!

3. И звонкие свирели

В ответ ему запели!

Муз. руководитель: Бобик птичек услыхал,

Тоже громко лаять стал!

Гав – гав, гав – гав, гав – гав!

Мой щенок лохматый,

Мягкий, мягче ваты!

Будет холодно ему

Я его к себе прижму

Нежно песенку спою!

Песня «Бобик» Т.Попатенко

Вот наш Бобик – славный пёс

Гав! Гав!

Белый лобик, чёрный нос

Гав! Гав!

Бобик, Бобик лапу дай

Гав! Гав!

Сядь на коврик и не лай!

Тс – с – с – с …

Муз. руководитель: Как все начали плясать,

Малых деток забавлять!

Все скорее выходите,

Плясовую заведите!

«Общая пляска кукол» русск. нар. мел.

Детки выходите, весело пляшите!

(Дети танцуют свободную пляску)

Воспитатель: Вот как весело плясали,

И немножечко устали

Завтра снова к вам придём!

Муз. руководитель: До свидания! Мы вас ждём!

Примечание: Это развлечение, через определённый промежуток времени, проводится с элементами усложнения. Для начала можно предложить трёх персонажей – ёжика, зайку, лисичку. В последующих показах можно ввести собачку, петушка и т. д.

Музыкальное занятие «Сорока – белобока»

Программное содержание: Стимулировать и поддерживать самостоятельные проявления активности малышей в музыкальных играх, упражнениях, плясках. Формировать сенсорные способности у детей путём слушания музыкальных произведений и упражнений с использованием детских музыкальных инструментов.

Материал: Игрушка – сорока – белобока, погремушки, маленькая ширма.

Дети свободно входят в зал и садятся на стульчики.

«Ласковая песенка» музыка Раухвергера.

Я ребяток моих милых
Всех на стулья усадила,
На ребяток погляжу,
Про хороших расскажу!
Посмотрите, у Танечки *(называет и гладит по головке ребёнка)*
Ясные глазки.
Посмотрите, наш Ванечка
Добрый и ласковый
А какой наш Павлуша
Сильный и ловкий.
А у нашей Катюши
Умная головка!
А другие, а другие
Мои детки дорогие
Замечательно поют
Эту песенку мою!
Ля – ля – ля!

Муз. руководитель: Слушайте, мои ребятки,
Расскажу вам сказку
Про сороку – белобоку,
Что жила в лесу далёко.

(появляется за маленькой ширмой «сорока – белобока», кукла би – ба – бо)

Сорока – белобока, кашу варила

Деток кормила

Поможем, ребята сороке – белобоке кашу сварить?

Песня «Варись, варись кашка» музыка Туманян.

1. Варись, варись, кашка (дети водят указательным пальцем по ладошке второй)

В голубенькой чашке, (руки детей «варят кашу»)

Варись поскорее

Булькай веселее!

Проигрыш (сжимают и разжимают пальчики и произносят «Буль, Буль»!)

2. Варись, кашка, сладка

Из густого молока,

Из густого молока

Да из мелкой крупки… (варят кашу)

(Говорком)

У того, кто кашку съест (грозят пальчиком, щёлкая зубками)

Вырастут все зубки!

Муз. руководитель: Молодцы, ребята! Помогли сороке – белобоке кашу сварить! А за это она вам принесла погремушки!

Музыкальное двигательное упражнение «Погремушки» русск. нар. мел. Сборник «Музыка – малышам» В. А. Петрова.

Музыкальный руководитель: Вот как весело плясали

И немножечко устали.

Упражнение «Устали наши ножки» Александрова.

Устали наши ножки

Гуляли по дорожке,

Погладим наши ножки

И отдохнём немножко!

После упражнения дети прощаются с сорокой – белобокой и уходят в группу.

Изобразительная деятельность для детей раннего возраста в период адаптации

Рисование

Тема: **«Коготки - царапки»**

Задача: знакомство с цветным карандашом, держать в правой руке между трех пальцев, замечать след карандаша на бумаге. Знакомство с красным цветом.

Оборудование: Листы с дорожками лежат на столах и карандаши красного цвета.

Ход занятия:

Педагог показывает детям игрушку – кошку.

Дети кошку погладили, рассмотрели ушки, лапки, повторили за педагогом, как она мяукает.

Выпустила кошка
Свои коготочки,
Оставляет кошка
Следы на дорожке.

Педагог показывает, как кошка оставляет следы на дорожке. *(Педагог помогает ребенку правильно взять карандаш в правую руку тремя пальцами)*

Дети приступает к работе, если они затрудняются педагог им помогает.

Тема: **«Варим кашу»**

Задача: интерес к процессу рисования масляным карандашом, держать в правой руке между трех пальцев, замечать след карандаша на бумаге. Закрепляем знакомство с желтым цветом.

Оборудование: Бумага формы А-3 на которой нарисована кастрюля, масляные карандаши желтого цвета по количеству детей.

Листы с нарисованными кастрюлями лежат на столах ,масляные карандаши желтого цвета.

Ход занятия:

Педагог показывает детям куклу Катю, для которой дети будут варить кашу.

Каша из гречки *(круговое движение руки)*

Где варилась в печке

Сварилась, упрела

Чтоб Катя поела

Катя кашу хвалила

Всех кормила

Хватило по ложке

Гусям на дорожке,

Хватило по ложке

Утятам в лукошке,

Хватило по ложке

Собаке и кошке,

А Катя доела

Последние крошки.

Педагог во время работы следит, чтобы дети правильно держали карандаш, кому это не удается - педагог помогает.

Педагог хвалит всех детей и предлагает куклу покормить кашей.

Лепка

Тема: **«Заборчик»**

Задача: учить раскатывать комочки, прямыми движениями рук, аккуратно пользоваться пластилином

Оборудование: Лист картона А-3, с заготовленным рисунком, лейка, пластилин, доски, влажные салфетки.

Ход занятия: Педагог показывает детям картинку на , которой изображены цветы. Потом предлагает детям построить заборчик, чтобы, нечаянно на них не наступили.

Педагог предлагает детям сесть за столы. Показывает приемы лепки.

Ровненькие столбики

С детками катали.(*показывает прием раскатывания между ладонями)*

Цветные столбики

В заборчик составляли, *(прилепляет к рисунку)*

А за ним потом

Цветочки поливали. *(из лейки поливает цветы)*

Дети повторяют за педагогом и прилепляют палочки к рисунку. Педагог хвалит детей, что они «построили» красивый, разноцветный заборчик. Все вместе поливают цветы лейкой.

Тема: **«Разноцветные конфетки»**

Задача**:** Учить делить целый кусок на несколько частей

Оборудование: Соленое тесто желтого, красного, синего цветов, доски, влажные салфетки.

Ход занятия: Педагог пригласил в гости Мишку и куклу Катю и предлагает детям угостить их конфетами, которые надо сделать. Он показывает приемы деления теста на произвольные кусочки, и произвольное скатывание кусочков между ладонями.

Мы красивые конфетки

Сделали из теста.

На тарелку положите,

Мишку с Катей угостили.

Дети выкладывают сделанные конфетки на блюдо и угощают Мишку и Катю. Педагог накрывает блюдо салфеткой и меняет его другим, где заранее приготовлены конфеты для детей. Теперь уже Мишка с Катей угощают детей настоящими конфетами.

Календарный план-сетка на 2-ю неделю посещения.

	Утро	Занятие	Прогулка
Понедельник	Игровой момент “Игрушки проснулись” (продолжение игрового момента начатого в пятницу); Психогимнастика “Веселое лицо-грустное лицо”; Полив комнатного растения Чтение Е. Благининой “Катя леечку взяла”.	Музыкальное занятие “Сорока-белобока” конспект	Экспериментирование с водой “Плавает-тонет” [8 стр.18]; Игра “Достань камешек”. Индив. работа: лазание по наклонной лесенке; Подв. Игра “Воробышки и кот”.
Вторник	Артикуляционная гимнастика: “Наш язычок пошел гулять”; Конструирование из кубиков “Башенка” (по 3–4 кубика одного цвета на каждого ребенка); Усложнение “Башенка из кирпичиков”.	Рисование “Коготки-царапки” конспект	Наблюдение за солнцем повторение игры “Солнечные зайчики”. “Солнечные зайчики скачут по стене, Помани их пальчиком, пусть бегут к тебе!” Игры с выносным материалом. Подвижная игра “Мой мяч”.
Среда	Продолжить наблюдение в зооцентре за птичкой. Уборка клетки, кормление. Дидактическая. игра “Соберем пирамидку” из 3–4-х колечек одного цвета, от большого к маленькому. Подвижная игра “Птички летают”.	Музыкальное развлечение “Веселые музыканты”	Наблюдение за деревом: ствол, ветки, листья. Индивидуальная работа по закреплению красного цвета. Игра “Печем печенье” (сухой и влажный песок). Подвижная игра “Прокати мяч в ворота”.
Четверг	Продолжить наблюдение в зооцентре за рыбками в аквариуме (заселение новыми обитателями, кормление). Исследовательская игра “Как звучат камни” [5, стр. 146] (сравнить маленький – большой; найти такой же; постучать громко – тихо). Перед умыванием читаем Е.Благининой “Обедать”. Рая, Машенька и Женька, Мойте руки хорошенько! Не жалейте мыла! Я уж стол накрыла!	Лепка “Заборчик”	Наблюдение за бабочкой: бабочка порхает. Дидактическая игра: “Бабочки”. Оборудование: 2 больших муляжа одуванчика и мака. Дети бегают, изображая бабочек. Воспитатель: Бабочки летали по лесной полянке. Стали крылья уставать – Где мы будем отдыхать? Отдохнуть бы нам чуток Сядем лучше на цветок! Лучше чем диванчик

	Во время завтрака читаем “А у нас” В. Берестова: А у нас есть ложка Волшебная немножко. На тарелочке – еда. Не оставит и следа! Кликнем ложку нашу – Подберет всю кашу!		Желтый одуванчик! Дети ищут одуванчик подбегают к нему и приседают. Отдохнули, посидели, К другим цветочкам полетели. Повторяется 1-я часть игры. Мы теперь найдем цветок Красный он как огонек! Дети находят цветок красного цвета и приседают. Игра повторяется 3–4 раза. Свободные игры с выносным материалом.
Пятница	Внесение новых игрушек в группу. Желательно заводных или музыкальных. Дидактические игры: “Собери пирамидку”, “Рамки – вкладыши”.	Ознакомление с художественной литературой. Потешка “Солнышко–ведрышко”.	Исследовательская игра “Плавает-тонет”. Дыхательное упражнение “Ветерок” – дуем на бумажный кораблик в воде. Свободные игры с выносным материалом. Подвижная. игра “Солнышко и дождик”.

Распределение обязанностей сотрудников в группе детей раннего возраста (2-3 года)

Обычно сотрудники группы детей раннего возраста испытывают трудности в организации своей деятельности. Организация работы здесь кардинально отличается от работы в группах дошкольного возраста. Для того, чтобы наладить необходимый ритм работы и взаимодействие сотрудников, исключить суету и хаос, а также обеспечить плавность перехода от одного режимного момента к другому был разработан этот график взаимодействия. В нем учтены климатические особенности Севера и 11,5 часовой режим работы ДОУ.

На группе заняты 2 штатные единицы воспитателей и 1,5 штатные единицы помощника воспитателя.

Время	Воспитатель	Время	Помощник воспитателя
7.30-8.30	Ведет прием детей, беседует с родителями (утренний фильтр)	8.00-8.20 8.20-8.30	Вытирает пыль в групповой комнате, при необходимости меняет белье, полотенца, спецодежду. Получает завтрак.
8.30-8.40	Проводит утреннюю гимнастику.	8.30-8.40	Помогает воспитателю в проведении утренней гимнастики, приеме опоздавших детей.
8.40-9.05	Умывает детей, готовит к завтраку. Во время завтрака помогает в приеме пищи, формирует культурно-гигиенические навыки.	8.40-9.05	Накрывает на столы, участвует в кормлении детей. Помогает в формировании культурно-гигиенических навыков.
9.05-9.30	Умывает детей, высаживает на горшки. Готовит пособия к занятиям.	9.05-9.30	Докармливает детей, убирает со стола, моет посуду. Готовит групповую комнату к занятиям.
9.30-9.40 9.40-9.50 9.50-10.00	Проводит занятие с 1-й подгруппой Перерыв между занятиями. Подготовка к занятию со 2-й подгруппой. Занятие со 2-й подгруппой.	9.30-9.40 9.40-9.50 9.50-10.00	Организует игры, чтение худ. Литературы в приемной со 2-й подгруппой. Поит детей соком. Начинает одевать на прогулку детей 1-й подгруппы. Помогает пом. воспитателя подгот. группы

10.10-10.20 10.20-10.30 До 11.40 11.40-11.50	Забирает одетых детей 1-й подгруппы и выводит на прогулку, организует игры, наблюдение. Принимает детей 2-й подгруппы на участке. Организует прогулку по плану. Приводит с прогулки детей 2-й подгруппы с помощником из подг. группы, раздевает.	10.10-10.30 10.30-11.20 11.20-11.30 11.30-11.40 11.40-11.50	Поит детей 2-й подгруппы соком. Высаживает на горшки. Начинает одевать на прогулку детей. Помогает пом. воспитателя подг. группы. Выводят детей на участок. Убирает групповую, туалетную комнаты. Проветривает группу. Получает обед, раствор для полоскания полости рта. Забирает с прогулки детей 1-й подгруппы с помощником из подг. группы. Находится в группе с детьми, наблюдает за ними.
11.50-12.00 12.00-12.30	Умывает детей, высаживает на горшки. Проводит комплекс рефлексотерапии со 2-м воспитателем. Обед. Оба воспитателя участвуют в кормлении, формируют культурно-гигиенические навыки.	11.50-12.00 12.00-12.30	Готовит группу к обеду, накрывает на столы. Обед. Участвует в кормлении. По мере необходимости убирает использованную посуду, помогает формированию культурно-гигиенических навыков.
12.30-14.50	Подготовка к сну. Во время сна наблюдает за детьми, заполняет документацию	12.30-14.50	Проводит уборку группы, приемной, туалета.
14.50-15.00 15.00-15.30	Готовит оборудование для закаливающих процедур в группе. Постепенно поднимает детей. Проводит закаливающие процедуры. Помогает при одевании детей. Умывает. Высаживает на горшки.	14.50-15.00 15.00-15.20 15.20-15.30	Получает полдник и раствор для закаливания. Помогает проводить закаливание, одевать детей. Готовит групповую комнату к полднику.
15.30-15.50 15.50-16.00	Полдник. Готовит пособия к занятию.	15.30-16.00	Помогает воспитателю в формировании к.г.н. Убирает и моет посуду.
16.10-16.40	Проводит занятия по подгруппам. С перерывом между ними 10 мин.	16.10-16.40	Организует игры с детьми и чтение художественной литературы по подгруппам. Высаживает на горшки в перерыве между занятиями.
16.40-17.30 17.30-17.45	Организует игры. Проводит индивидуальную работу с детьми по плану. Проводит гигиенические процедуры. Рефлексотерапию.	16.40-17.15 17.15-17.30 17.30-17.45	Убирает спальную комнату. Помогает воспитателю. Получает ужин. Накрывает на стол.

17.45-18.05 18.05-18.15 18.15-18.40 18.40-19.00	Ужин. Гигиенические процедуры. Организует спокойные игры, индивидуальную работу с родителями по плану. Моет игрушки. Облучает кварцем.	17.45-18.05 18.05-19.00	Помогает в кормлении детей. Убирает и моет посуду. Убирает и моет групповую комнату, туалет, приемную.