

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка - детский сад № 18 города Кроткин  
муниципального образования Кавказский район**

## **Опыт работы**

**Взаимодействие с родителями как  
успешный фактор адаптации детей раннего  
возраста к условиям дошкольной  
образовательной организации.**

**Воспитатель: Кириченко Ю. И.**

**2023 г.**

## Содержание:

<b>№</b>	<b>Наименование</b>	<b>Страница</b>
1	Введение	3
2	Актуальность педагогического опыта	4
3	Теоретическая база опыта	4
4	Новизна опыта	5
5	Ведущая педагогическая идея	6
6	Пример адаптации к условиям детского сада.	8
7	Результативность	11
8	Вывод	12
9	Литература	13
10	Приложения	14
	Приложение 1 Родительское собрание в первой группе раннего возраста «Адаптация ребенка к детскому саду»	14
	Приложение 2 Круглый стол «Успешная адаптация»	17
	Приложение 3 Квест – игра для родителей «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду».	22
	Приложение 4 Тренинг для родителей «Легкая адаптация к детскому саду – миф или реальность»	31
	Приложение 5 Памятка «Как помочь ребенку быстро привыкнуть к детскому саду?»	38
	Приложение 6 Анкета – знакомство	39

## **Введение**

В основе новой концепции взаимодействия семьи и дошкольного учреждения лежит идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность. Уходит в прошлое официально осуществляемая в нашей стране политика превращения воспитания из семейного в общественное. Признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

Сегодня одной из самых острых социальных проблем дошкольного образования является адаптация ребенка раннего возраста к условиям детского сада.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. При поступлении в дошкольное учреждение все дети переживают адаптационный стресс.

Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход малыша в новую среду может привести к эмоциональным нарушениям. Поэтому актуальна проблема адаптации ребенка к детскому саду.

Адаптация – серьезное испытание, как для малышей, так и для их родителей. И поэтому так актуален на сегодняшний день комплексный подход к решению проблемы адаптации.

Если воспитатели и родители объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт и содержательную жизнь в детском саду и дома, то это станет залогом оптимального течения адаптации детей.

Поэтому вопрос адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению для нас особенно актуален. Работаю в группе раннего возраста. С интересом наблюдаю за вновь поступившими малышами, родителями в адаптационный период. Прихожу к выводу, что очень часто ни дети, ни родители (законные представители) не готовы к поступлению в детский сад. Ребенок переживает стрессовое состояние: у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции, напряженное состояние из-за комплекса воздействия, что вызывает у него страх, отрицательные эмоции. Если взрослые, как и педагоги, так и родители на протяжении этого возрастного периода оказывают поддержку, он гораздо быстрее адаптируется к новым условиям.

Практика показывает, что родителям часто не хватает качественной информации о жизнедеятельности ДОО, оптимальных условиях развития детей раннего дошкольного возраста.

Анализ теории и практики убедительно показывает, что интеграция семейного и общественного воспитания детей до трёх лет является важнейшим условием сохранения и укрепления их социального, эмоционального и

физического здоровья. Это означает, что для успешной адаптации детей в ДОО необходимо налаживание взаимодействия с родителями.

### **Актуальность педагогического опыта**

Работа с родителями в адаптационный период важная задача образовательной системы. Именно семья и семейные отношения система образующее ядро каждой Основной общеобразовательной программы. В период адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению взаимодействие и преемственность между воспитателем и родителями актуальна. Ребенок часто находится между этими двумя важнейшими институтами воспитания, попадая в мир противоречивых требований, что влияет на его эмоциональное и психологическое развитие.

Если в детском саду и дома требования взрослых и стиль взаимодействия между ребенком и взрослыми во многом различны, малышу трудно в них сориентироваться, и ребенок научится вести себя по-разному в разных ситуациях и в зависимости от того, с кем он в данный момент взаимодействует.

По данным официальной статистики заболеваемость среди детей от 1 года до 3 лет ежегодно увеличивается на 4-5%. Результаты научных исследований свидетельствуют о том, что в настоящее время только 10% детей раннего возраста можно считать абсолютно здоровыми. Почти у 60% детей выявляются хронические заболевания. Одной из причин ухудшения здоровья детей врачи считают их адаптацию к детскому саду.

Проблема адаптации детей раннего возраста насущна и актуальна, так как воспитатели испытывают трудности при построении взаимоотношений с родителями. Кроме того, часть родителей относятся к периоду адаптации недостаточно серьезно, как к чему-то само собой разумеющемуся или склонны приписывать все плохой работе воспитателей групп раннего возраста.

Считаю что проблема адаптации у детей раннего дошкольного возраста важное и необходимое область теории воспитания и обучения, актуальность, которой диктуется современными условиями. И поэтому, так актуальна на сегодняшний день тема сотрудничества воспитателей и родителей в период адаптации ребенка к дошкольному учреждению. Если воспитатели и родители объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома – то это будет залогом оптимального течения адаптации детей раннего возраста в детском саду. Важность и актуальность рассматриваемой проблемы, определила выбор темы педагогического опыта.

### **Теоретическая база опыта**

В настоящее время признан приоритет семейного воспитания детей раннего возраста, однако современные социальные условия вынуждают родителей прибегать к общественным формам воспитания уже на самых ранних этапах жизни ребенка. Особенности раннего возраста взаимосвязаны с психофизическим развитием. Дети раннего возраста отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и

страхи. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. В этом отношении активную помощь могли бы предоставить педагоги дошкольного образовательного учреждения, поскольку обладают определёнными потенциальными возможностями.

По словам В.А. Сухомлинского, чтобы правильно и эффективно организовать процесс адаптации в условиях дошкольного учреждения нужно «проникнуть в духовный мир ребенка».

В последние годы все более активно вопросы социальной адаптации рассматриваются в педагогических работах Ш.А. Амонашвили, Г.Ф.Кумарина, А.В. Мудрик и др.

Н.Д. Ватутина в своем пособии рассматривает оптимизацию условий для успешной адаптации детей в детском саду, раскрывает особенности поведения детей и соответственно методы педагогического воздействия на них в этот период, требования к подготовке детей в семье к детскому саду.

Рассматривая особенности психологической адаптации детей раннего возраста к детскому саду, а также факторы психологического благополучия ребенка и основные закономерности его психического развития в дошкольном возрасте. Авторы пришли к выводу, что важная роль в период адаптации отводится воспитателю, его работе семьей ребенка.

Один из ведущих специалистов по воспитанию детей раннего возраста профессор Н.М. Аскарина, касаясь данной темы, всегда приводила один и тот же пример:

Садовник собираясь пересаживать дерево, готовит участок, бережно выкапывает дерево, стараясь не повредить корневую систему, пересаживает вместе с землей. Несмотря на это дерево болеет на новом месте пока не приживется.

Исследователи указывают на необратимость нарушений в личностном развитии ребенка в случаях отсутствия у него психологической готовности к переходу в новые социальные условия. В период адаптации наблюдаются нарушения сна, аппетита, повышается заболеваемость, отмечаются неадекватные реакции на окружающее и трудности в поведении (Н.М. Аксарина, Г.В. Гриднева, Л.Г. Голубева, К.Л. Печора, С. Аврамова, Л.В. Вершинина).

### **Новизна опыта**

Новизна педагогического опыта состоит в том, что расширено сотрудничество педагогов групп раннего возраста и семьи: взаимодействие с родителями детей раннего возраста начинается до поступления ребёнка в группу детского сада. Родители имеют возможность уже получать квалифицированную помощь по развитию и воспитанию своих детей. Нетрадиционной формой взаимодействия с семьей является библиотека игр и педагогической литературы по адаптации к ДОО. В свою очередь и

воспитатель посещает семью будущего подопечного с целью ознакомления с особенностями его развития и воспитания.

### **Ведущая педагогическая идея**

Ведущая педагогическая идея заключается в организации работы в группе раннего возраста, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению его к новым условиям; в индивидуальном подходе к каждой семье и своевременное информирование всех заинтересованных сторон.

Организуя процесс взаимодействия с родителями, исходим из следующего:

1. Взаимодействие организовано с учетом конституционных прав ребенка и интересов семьи (при условии неприкосновенности ее интимного мира).
2. Процесс взаимодействия целостный, управляемый, учитывающий в равной степени потребности семьи и ДООУ.
3. Методы взаимодействия носят личностно-ориентированный характер.

**Цель работы по обеспечению успешной адаптации:** повысить компетентность родителей, участвующих в процессе адаптации детей раннего возраста.

### **Задачи:**

- Помочь родителям подготовить ребёнка к посещению ДООУ.
- Ознакомить родителей с организацией воспитательно-образовательного процесса в ДООУ.
- Активно вовлекать родителей в этот процесс, обучая их различным методам и приёмам работы с детьми раннего возраста.
- Повысить уровень психологической культуры родителей.
- Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

### **Технология педагогического опыта**

В основе технологии данного опыта лежит система взаимодействия с родителями для успешной адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ.

Работа проводится в нескольких этапах:

*Этап – организационный /июль-август/:*

- родительское собрание «Пора в детский сад» (знакомство с воспитателями, экскурсия по ДООУ);
- знакомство с участком, групповым помещением;
- сбор информации о потенциальных воспитанниках;
- ознакомление с условиями пребывания в детском саду, характеристика возрастных возможностей, показателями развития детей раннего возраста;
- знакомство с особенностями адаптационного периода и факторами, от которых зависит его течение;
- выявление отношения родителей к поступлению ребенка в детский сад;
- установление партнерских, доброжелательных отношений;
- первичное визитирование семей будущих воспитанников (выясняются индивидуально-личностные привычки ребёнка, приученность к режиму,

питанию, особенности засыпания и сна, игровые навыки, умение вступать в контакт с незнакомыми взрослыми и сверстниками и т.д.);

- анкетирование (социальное, медицинское);
- составление адаптационного маршрута;
- прогулка на участке /ребёнок – родитель – воспитатель /до прихода детей

в группу.

На основе этих данных определяется степень субъективной готовности ребенка к поступлению в детский сад, после чего родителям даются соответствующие рекомендации по подготовке малыша к приходу в детский коллектив.

*Этап – основной (наблюдений) /сентябрь/:*

- поэтапный прием детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- консультирование родителей;
- наблюдения за поведением детей;
- разработка индивидуального режима для ребенка;
- организация библиотеки для родителей развивающих и дидактических игр, педагогической литературы для повышения компетенции в вопросах адаптации малышей к ДООУ;
- оформление листов адаптации;
- заполнение карт нервно-психического развития детей.

*Этап – итоговый (анализ и выводы /ноябрь-декабрь/:*

- обработка результатов (анализ адаптивных листов, анализ индивидуальных карт развития);
- выявление детей с тяжелой адаптацией;
- оценка уровня нервно – психического развития детей.
- индивидуальная работа с детьми;
- рекомендациям родителям по проведению развивающих игр занятий с детьми;
- родительское собрание «Наши достижения».

На всех этапах ведется активная просветительская работа с родителями по вопросам адаптации.

Используются следующие формы и методы по организации процесса адаптации ребенка раннего возраста к новым условиям:

**Формы:**

- беседы с родителями;
- опрос – анкетирование родителей « Ваш ребенок дома, какой он?», «Давайте познакомимся»;
- близкое знакомство с семьей;
- посещение семей на дому (визитирование);
- рассматривание семейных альбомов в группе;
- фотовыставки;
- информационные стенды;
- приглашение семьи в группу;

- консультации;
- родительские собрания;
- семинары;
- наглядно – консультативный материал: буклеты, журналы, стенды;
- родительская почта;

#### **Методы:**

- элементы телесной терапии;
- засыпание с любимой мягкой игрушкой;
- создание положительных установок на предстоящие режимные процессы;
- развивающие игры;
- рассказывание сказок, пение колыбельных перед сном, игровые методы взаимодействия с ребенком;
- наблюдение за поведением детей

#### **Пример адаптации к условиям детского сада.**

В первый день приема детей мама, гуляя с Мишей, предлагает ему зайти в детский сад, где играет с детьми добрая, веселая Татьяна Ивановна. Мама, помня о том, что Миша будет смотреть на нового взрослого, доверяясь ей, здоровается с воспитательницей как с доброй старой знакомой. Воспитатель, зная, кто и в какое время придет на участок, приветливо встречает вошедших: «Я рада, что вы с Мишей пришли к нам. Поиграйте, у нас весело!». Не навязывая общение, не нарушая личностного пространства ребенка, она в основном контактирует с мамой, с улыбкой, поощрительно поглядывая на малыша.

Мама, дав понять, что Татьяна Ивановна – хорошо знакомый человек, продолжает формировать положительный образ интересного взрослого, что помогает ребенку без проблем и довольно быстро принять его, легче наладить контакт.

Задача воспитателя – наблюдать за ребенком и мамой, отмечать стиль их общения, уровень развития малыша, его потенциальные возможности.

Обычно дети держатся скованно, настороженно, пытаются теснее прижаться к маме. Поэтому мама предлагает Мише спокойно посидеть рядом с ней на скамейке, не спеша оглядеться. Малыш бросает беглый взгляд вокруг, несколько успокаивается, так как участок оборудован также, как знакомая детская площадка: такая же горка, песочница, лесенка. Но его внимание все же направлено на незнакомого взрослого.

Мама комментирует действия воспитателя только с положительной стороны: добрая (поливает цветы), веселая (затяла с детьми игру) и т.п. Улучив момент, она интересуется, как зовут черепаху, которая гуляет в траве, сообщает, за каким животным ухаживает Миша дома. Так она вовлекает сына в общий разговор: спрашивает у него, как зовут его птичку, кто ее подарил. Воспитатель поддерживает разговор с мамой, радуется, смеется, удивляется высказываниям ребенка. В дальнейшем эти сведения послужат поводом обратиться к Мише напрямую, без посредников: «Как поживает твой Кеша?» – и оценить уровень развития речи ребенка. На прощание Татьяна Ивановна приглашает приходить



почаще. Мама подчеркивает, как им было интересно в детском саду, а дома рассказывает об этом всем членам семьи.

На следующий день Миша активнее включается в общую беседу (речевой контакт с взрослым), откликается на предложение посмотреть что-то интересное (вместе с мамой). Раз от раза у него все устойчивее проявляется познавательный интерес к деятельности воспитателя, все чаще он смотрит на Татьяну Ивановну с улыбкой, ожидая интересных предложений. Это свидетельствует о том, что у него успешно формируется положительный образ взрослого. Вот мама помогает Мише взойти на горку, а Татьяна Ивановна подхватывает его с другой стороны. Ребенок настораживается, вопросительно смотрит в сторону мамы. Та, создавая условия для возникновения эмоционально-телесного контакта с воспитателем, доброжелательно относится к происходящему; малыш видит это и успокаивается. Вскоре он спокойно воспринимает помощь воспитателя.

Вместе с мамой малыш начинает ближе подходить к Татьяне Ивановне, когда она рассказывает о чем-то интересном детям. Мама хорошо знает своего ребенка и, улучив момент, незаметно отходит на шаг, встает за его спиной, чтобы в нужный момент успеть успокоить словом, взглядом, прикосновением: не волнуйся, я здесь. Постепенно дистанция между сыном и мамой увеличивается. В это же время Татьяна Ивановна постепенно налаживает эмоционально-телесный контакт с Мишей: то, умиляясь его умению, обнимает, то со смехом проводит рукой по его голове и т.д. Миша все чаще по собственной инициативе отходит от мамы, все дольше задерживается возле воспитателя, охотно откликаясь на интересные предложения.

На этом этапе мама с воспитателем совместными усилиями помогают ребенку постепенно знакомиться с помещением групповой комнаты, ориентироваться в нем.

*Задачи мамы:* продолжать формировать у сына положительный образ воспитателя, способствовать установлению эмоционального комфорта в новых условиях.

*Задачи воспитателя:* выстраивать с ребенком отношения, удовлетворяющие его потребности в защите и безопасности, доверии к взрослому; определив уровень развития малыша, осуществлять личностно-ориентированное взаимодействие, предлагать тип общения, соответствующий его возможностям.

И вот мама с Мишей приходят в группу (после завтрака или после полдника). Татьяна Ивановна встречает их в раздевалке и сразу же «дарит» Мише персональный шкафчик, а чуть погодя в туалетной комнате – горшок и полотенце с картинкой, что тут же положительно оценивает мама, а затем и сын.

Обеспечив в лице взрослых надежный тыл, ребенок начинает проявлять интерес к ближайшему окружению. Воспитательница показывает ему игрушки, уточняет места их расположения. Мама радуется, удивляется их обилию и разнообразию, обращает внимание сына на новые для него объекты (аквариум,

пианино и т.п.). Попутно она рассказывает Татьяне Ивановне, чем увлекается Миша, как он умеет играть. Воспитательница щедра на похвалы.

Как правило, детям трудно сразу освоить большое помещение игровой комнаты, запомнить места хранения игрушек, расположение туалетной комнаты. Поэтому взрослые постоянно приходят Мише на помощь: подсказывают, подбадривают, хвалят, поддерживают его возрастающую познавательную активность. В напряженные режимные моменты (высаживание, сборы на прогулку) мама рядом с сыном: помогает ему по мере необходимости, а воспитатель хвалит за демонстрируемые им умения. В таких ситуациях мамы своим присутствием и непосредственным участием в выполнении совместных действий по самообслуживанию сглаживают остроту восприятия необычного для малышей, напряженного ритма жизни, приучая к необходимости выполнения жестко регламентированных действий. Миша уже оделся на прогулку, и мама помогает другим детям. Взрослые обращают внимание детей на яркую одежду и умения соседа, тем самым вызывая интерес к сверстникам.

На прогулке Миша держится спокойно, может отойти от мамы – поиграть в песочнице, прокатиться с горки и т.п. Наблюдая за поведением детей, за их игровыми действиями, Татьяна Ивановна выстраивает собственную линию поведения. Малышам, не в полной мере овладевшим игровыми навыками и часто обращающимся к маме за помощью, она ненавязчиво предлагает взаимодействие на уровне эмоционального общения: игру в ладушки, перебежки и т.п. Детей с достаточно высоким уровнем игровых действий вовлекает в интересное занятие. Такое ситуативно-деловое общение значительно облегчает и сокращает период адаптации.

Следуя психолого-педагогическим рекомендациям, родители уже могут оставлять малышей на некоторое время без опеки. Вот и мама Миши в момент наивысшей его заинтересованности в происходящем (участие в подвижной игре) на короткий срок покидает помещение группы, предупредив сына: «Я позвоню и сразу же вернусь!». Фраза знакома и понятна малышу, но он все же насторожился и прекратил игру. Воспитатель успокаивает: «Не волнуйся, мама сейчас придет!». Предупреждать ребенка нужно обязательно, иначе он будет постоянно оглядываться на маму, следить, не ушла ли она без него. Нельзя затягивать возвращение мамы, допускать нарастание тревожности. Время отсутствия мамы увеличивается постепенно. У каждого ребенка свой ритм вхождения в новые условия жизни, но все дети обязательно придут к тому, что смогут без волнения, спокойно расставаться с мамой на пороге групповой комнаты в утренние часы и радостно встречаться с ней к концу прогулки, чтобы в спокойной домашней обстановке пообедать и лечь спать.

Проходит время, и после прогулки Миша вместе с детьми возвращается в группу, где им предлагают обед. В первое время он не начинает обедать сразу же, а спокойно играет, ожидая маму. Мама приходит и вместе с ним садится за стол, помогает ему и детям, сидящим рядом, закончить обед. Спустя некоторое время Миша уже без мамы по предложению воспитателя садится обедать, но

спать уходит домой. Теперь его можно приводить в детский сад в утренние часы приема, он спокойно завтракает и обедает в группе.

На заключительном этапе адаптации детей приучают спать в детском саду. Воспитатель предлагает Мише: «Покажи всем детям, как ты умеешь раздеваться, и помоги раздеться малышам. Ложись в кровать, пусть отдохнут твои руки, ноги. Ты не спи, не закрывай глаза. Я буду рядом».

При этих словах малыш расслабляется и спокойно засыпает. На первых порах Миша засыпал позже всех, а иногда просыпался с плачем раньше времени, но главное – во время пробуждения мама всегда была рядом до тех пор, пока он не привык спокойно спать до подъема и просыпаться в бодром настроении. Только в этом случае можно считать, что адаптационный период подходит к концу.

Постепенное введение ребенка в новые условия жизни с помощью мамы и симпатичного для него воспитателя помогает ему безболезненно освоиться и преодолеть этот трудный период жизни. Несмотря на усилия всех взрослых, у многих детей в домашних условиях в это время все же наблюдаются поведенческие и эмоциональные проявления регрессии: утрачиваются навыки опрятности и самообслуживания, снижается уровень речевого общения и игровых умений. Это объясняется тем, что дети устают от напряженного ритма жизни группы, постоянного присутствия значительного количества сверстников, непрерывного шумового фона в помещении. Повторим, длительность адаптационного периода зависит от индивидуальных особенностей каждого малыша. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптационный период проходит сравнительно легко и быстро. Другой малыш медлителен, невозмутим, любит уединяться с игрушками; шум, громкие разговоры сверстников раздражают его. Он если и умеет сам есть, раздеваться, то делает это медленно, отстает от всех. Все это накладывает свой отпечаток на его отношения с окружающими. Такому ребенку необходим более длительный срок на период адаптации. Болезненным, стеснительным детям необходимо в середине недели устраивать «выходной». Следует иметь в виду, что длительные перерывы (от семи – десяти дней и более) затягивают и осложняют период адаптации.

Во время адаптационного периода важно создать в доме спокойную обстановку, с пониманием относиться к немотивированным капризам малыша, больше гулять с ним, предлагая снять эмоциональное напряжение активными движениями, интересной деятельностью и т.п. Следует пораньше укладывать детей на ночной сон после теплой ванны. В этот период нужно как можно реже ходить в гости, посещать поликлинику, парикмахерскую, чтобы лишний раз не перегружать малышей впечатлениями. Необходимо охранять нервную систему ребенка, окружить его любовью.

### **Результативность**

Для определения результативности работы по данному направлению проводится следующая диагностика.

1. На всех детей группы заведены карты нервно-психического развития (разработаны К.Л. Печорой, Г.В. Пантюхиной), в которых отражаются результаты контроля за состоянием здоровья, их физическим и психическим развитием и поведением.

2. Совместно с медицинской сестрой осуществляется контроль за уровнем заболеваемости детей в период адаптации к условиям ДООУ в течении всего учебного года.

3. На каждого вновь поступающего ребёнка заводится лист адаптации, где указываются состояние настроения, аппетита, сна, уровень общения с детьми и взрослыми.

4. Удовлетворённость родителей совместной работе воспитателя и семьи в период адаптации (анкетирование).

### **Уровень нервно-психического развития (К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина)**

Уровень развития	Период			
	2021-2022 учебный год		2022-2023 учебный год	
	начало года	конец года	начало года	конец года
I группа развития	7%	66%	0%	19%
II группа развития	57%	27%	93,1%	82%
III группа развития	29%	7%	0%	0%
IV группа развития	7%	0%	0%	0%

Вывод: количество детей с I группой развития к концу учебного года увеличилось на 19%.

Дети с III и IV группой развития отсутствуют.

#### **2. Уровень заболеваемости детей**

##### ***IX, X, XI месяцы адаптационного периода***

**Вывод:** Благодаря систематической физкультурно-оздоровительной работе проводимой с детьми отмечается снижение количество простудных заболеваний в период адаптации в ДООУ в течение всего года.

Скачок заболеваний объясняется резким снижением температурного режима на улице, в помещение (отключена отопительная система).

#### **3. Анализ адаптации**

**Вывод:** положительные результаты адаптации детей к ДООУ свидетельствуют о положительной работе не только воспитателей группы раннего возраста, но и родителей.

#### **4. Удовлетворённость родителей совместной работе воспитателя и семьи в период адаптации (анкетирование).**

1. На вопрос «Какое впечатление составила первая встреча – беседа с воспитателями?» 100% родителей ответили – довольны.

2. 98% родителей видят в воспитателях профессионалов по дошкольному воспитанию.

3. 100% родителей считают, что воспитатели видят индивидуальные особенности своего ребёнка.

4. 98% родителей считают, что воспитатели хорошо видят и контролируют динамику развития своего ребёнка.

5. 94% родителей легко общаются с воспитателями и легко взаимодействуют.

6. 98% родителей видят изменения в ребёнке после осуществляемых мероприятий по развитию и воспитанию.

7. 100% родителей получают полную информацию о своем ребёнке в адаптационный период.

**Вывод:** Важными результатами проведенной работы явились заметные изменения в эмоциональных контактах матери и ребенка в ситуациях разлук: повысилась рефлексивность у мам, способность их анализировать свое эмоциональное состояние, понять эмоциональное состояние ребенка.

В поведении матерей стало меньше эмоциональных срывов, раздраженности, появилась уверенность в воспитательных воздействиях, адресованных ребенку.

Таким образом, следует считать, что выбранные направления работы по адаптации детей к ДОО с детьми, родителями являются успешными, а условия создаваемые – благополучными. Только при взаимодействии с родителями дети раннего возраста успешно прошли период адаптации.

Закончить свою работу я хочу словами В.А. Сухомлинского: «... твердо убежден, что есть качества души, без которых человек не может стать настоящим воспитателем, и среди этих качеств на первом месте – умение проникнуть в духовный мир ребенка». Эти качества души в полной мере должны раскрыться в воспитателе при общении к вновь поступившим детям.

## Литература

1. Л.В. Томашевская, Е.Ю. Герц, Е.В. Андрющенкова «Интегрированные занятия с детьми в период адаптации к детскому саду». Санкт-Петербург. Детство-пресс 2011.
2. В.С. Аванесова «Обучение самых маленьких в детском саду. – М. Просвещение, 2005.- 176с. Ил.
3. М.Н. Аскаркина. Воспитание детей раннего возраста.- М.- Медицина 2007-304с.
4. В.Г. Алямовская. Ясли – это серьезно. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС,1999.
5. Н.Д. Ватутина. Ребенок поступает в детский сад. Пособие воспитателей дет/сада – М.: Просвещение, 2003. - № 3 -104с, ил.
6. Б.С. Волков, Н.В. Волкова. Психология общения в детском возрасте.- м.: Педобщество, 2003,240с.
7. О.Г. Заводчикова. Адаптация ребенка в детском саду /О.Г. Заводчикова – М.: Просвещение, 2007,- 79с.
8. Я.И. Ковальчук. Индивидуальный подход в воспитании ребенка. – м. просвещение, 1985. – 112с.
9. К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях – М.: Владос, 2007, - 176с.

10. Л.Д. Столяренко. Психология, Ростов-на-Дону: Юнити, 2003.- 382с.
11. Н.В. Соколовская. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации – авт.-сост.- Н.В. Соколовская – Волгоград Учитель, 2010. – 188с.

## **Приложения**

### Приложение № 1

#### **Родительское собрание в первой группе раннего возраста «Адаптация ребенка к детскому саду»**

**Цель:** Создать условия для знакомства родителей друг с другом. Познакомить родителей с программой развития детей, задачами развития и воспитания детей.

**Задачи:** Расширять представления родителей об адаптации детей в детском саду. Стимулировать самообразование родителей в развитии ребенка.

#### **План проведения родительского собрания**

1. Знакомство родителей, заполнение анкет.
2. Рекомендации родителям при адаптации детей в детском саду.
3. Советы. Правила. Ознакомление с сеткой занятий группы.
4. Разное; Вопросы.
5. Итог

#### **Ход родительского собрания**

1. Добрый вечер. Дорогие родители! Мы очень рады видеть Вас на первом родительском собрании.

Сегодня мы собрались, чтобы познакомиться с вами, и определить вопрос адаптации ребенка к детскому саду и что еще нам предстоит узнать.

Уважаемые родители! Мы с Вами тесно взаимосвязаны, и решаем одни и те же задачи. Мы как большая семья должны действовать вместе. Ведь не надо забывать, что родитель – это главный воспитатель, а детский сад в помощь родителям.

Детство – это уникальный период в жизни человека, именно в это время формируется здоровье, происходит становление личности. Опыт детства во многом определяет взрослую жизнь.

В любом начале пути рядом с детьми находятся самые главные люди его жизни – родители. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить первые основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка.

Вот об этом мы с вами и поговорим!

Для начала давайте познакомимся. Поиграем в игру «Знакомство». Мы будем знакомиться при помощи мяча.

Беру в руки мяч и сообщаю, например, я, Юлия Валерьевна, воспитатель ваших деток и передаю мяч дальше по цепочке.

Вы сообщаете свое имя и фамилию, чья вы мама или папа, и кратко характеризуете свою семью. Таким образом, передаем мяч по кругу и знакомимся.

Мы с вами поиграли, познакомились и теперь с веселой улыбкой и хорошим настроением переходим к серьезным вопросам.

2. Поступление малыша в детский сад – это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко.

Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами, должны установиться дружеские, партнерские отношения. Каждому ребенку рано или поздно приходится социализироваться, т.е. становится способным жить среди людей. Это необходимый для всех этап.

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. Этот процесс требует больших затрат технической энергии и часто проходит с напряжением.

Есть три этапа:

- тяжелая степень – ребенок отказывается играть, плохо ест и спит, капризничает, часто болеет;
- средняя степень – малыш переменчив в настроении, аппетит и сон у ребенка неустойчивы, если заболевает, то на 7-14 дней;
- легкая степень – если ребенок без труда прощается с родителями, общителен с детьми и взрослыми, заболевает не более чем на 7 дней.

Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение. К 2-3 годам стереотип становится довольно устойчивым. Конечно же, вы очень волнуетесь, как он отреагирует на перемены в его жизни.

Легче всего пройдет адаптация у детей:

- детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее. За несколько месяцев до этого события (это заключается в том, что родители читали сказочные истории про детский садик, гуляли возле сада);
- детям, физически здоровым, т.е. не имеющих хронических заболеваний (в этот период все силы ребенка напряжены, и можно направить на привыкание к саду, не тратя время на борьбу с болезнью);
- детям, имеющим навыки самостоятельности;
- детям, чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание);
- детям, чей рацион питания приближен к саду.

Советы для родителей

- В период адаптации не отучайте малыша от вредных привычек – так вы осложните привыкание.
- Отвечайте на все вопросы ребенка о детском саде.
- Будьте спокойны с ребенком – ваше настроение передается детям!

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются утром при расставании. Вот несколько советов.

- И дома и в саду говорите с малышом спокойно.

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расставаться.
- Обязательно скажите, что вы придете и обозначьте когда.
- У вас должен быть свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

Поверьте, что малыш вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать. Парадоксально, но факт – хорошо, что кроха плачет. Поверьте, у него настоящее горе. Плач – помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за плачь. Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих.

Признаки готовности ребенка к детскому саду:

- малыш может остаться без родителей, легко знакомится со сверстниками и взрослыми, проявляет интерес.

Главное помните, что это ваш малыш. Воспитанием своего ребенка занимаетесь вы, а мы вам в помощь.

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

3. Приучайте к навыкам самообслуживания. Дети учатся играть вместе, делиться игрушками. Дети знают, где находится их шкафчик, полотенце, горшок, кровать. Усвоили некоторые правила поведения в группе. Знают, что после того как помыли руки нужно отжать водичку и только потом пойти к своему полотенцу. Многие дети кушают самостоятельно, с небольшой помощью взрослых. Учимся раздеваться, одеваться. Научились выполнять элементарные поручения, убирать игрушки. Как видите, научились мы многому, но еще больше нам предстоит узнать и самое главное научить детей самообслуживанию. И в этом процессе вы должны принять самое активное участие. Часто бывает так, что ребенок в саду самостоятельно кушает, раздевается и частично одевается, но после некоторого пребывания дома приходит в детский сад и мы снова учим его кушать, одеваться.

Так же в нашей группе проходят занятия.

Это: рисование, лепка, музыкальное, познание окружающего мира, сенсорное развитие, развитие речи и чтение художественной литературы, занятия физкультурой.

Все занятия проходят в игровой форме.

#### Правила для родителей

- Муниципальное дошкольное образовательное учреждение работает с 7.00 часов до 19.00 часов.
- Лично передавать и забирать ребёнка у воспитателя, не передоверяя ребёнка лицам, не достигшим 16 - летнего возраста.
- Информировать ДОО о предстоящем отсутствии ребёнка или его болезни. После отсутствия (болезни, отпуска) ребёнка необходимо заранее поставить на питание, а именно за один день до его прихода
- При отсутствии ребёнка в ДОО более пяти дней, он принимается со



справкой от педиатра.

- При уходе родителей (лиц, их заменяющих) в отпуск за ребёнком сохраняется место при наличии заявления на имя заведующего ДООУ и подтверждающих документов.
- Своевременно вносить плату за содержание ребёнка в ДООУ до 15 числа текущего месяца.
- Приводить ребёнка в ДООУ в опрятном виде, удобной одежде и удобной обуви. Не давать ребёнку жевательные резинки, мягкие игрушки, опасные предметы.
- Не надевать на ребенка кольца, серьги, бусы, цепочки и др. украшения.
- В день рождения ребёнка разрешается приносить сладости в индивидуальной упаковке для детей группы.
- Взаимодействовать с ДООУ по всем направлениям воспитания и развития ребёнка.
- Старайтесь не нарушать основные режимные моменты ДООУ и соблюдать их дома (сон, прогулка, питание)

4. Разное; Вопросы.

5. ИТОГ собрания.

Упражнение «Аплодисменты».

Мы с вами сегодня хорошо поработали.

И в завершение я предлагаю: посмотрите на свои ладони и представьте на одной Улыбку на другой Радость. И вот чтобы они не ушли от нас их надо крепко накрепко соединить в аплодисментах.

Спасибо за внимание!

Приложение № 2

### **Круглый стол «Успешная адаптация»**

**Цель:** показать родителям значимость проблемы адаптации детей к детскому саду и возможности её решения.

**Задачи:** установить контакт между родителями и педагогом. Разъяснить о факторах, влияющих на адаптацию ребёнка к детскому саду.

**Целевая аудитория:** родителей детей, поступающих в детский сад.

**Оборудование:** мяч. Жетоны с незаконченными предложениями; Картинки (факторы, влияющие на адаптацию); Самолётики с вопросами для родителей; Детская одежда; Мольберты; Магниты.

**Ход:**

Воспитатель: Здравствуйте, дорогие родители! Сегодня у Вас третья встреча с детским садом. Как и предыдущие выступающие, хочу сказать Вам «спасибо» за то, что Вы пришли в наш детский сад. Без Вас не было бы сейчас этого собрания. Большое спасибо Вашим детям, без которых Вы бы не задались вопросом поступления в дошкольное учреждение. Мы с нетерпением ждем малышей и надеемся на долгое сотрудничество с Вами в течение пяти лет.

Ваш ребёнок поступает в детский сад, ему предстоит приспособливаться к новым для него условиям. Как подготовить своего ребёнка к поступлению в ДОО? Как сделать процесс адаптации более лёгким? На эти и многие другие вопросы мы сегодня с Вами попытаемся найти ответ.

Давайте познакомимся.

1. Игра «Знакомство». Родители по очереди, передавая по кругу мяч, представляются сами и называют имя своего ребенка.

Упражнение «Незаконченное предложение». Родители по очереди читают незаконченное предложение и продолжают фразу:

*Я рада, что мой ребенок идет в детский сад, потому что....*

*Я тревожусь, что мой ребенок идет в детский сад, потому что.....*

Воспитатель: Ваши страхи нам понятны, а давайте представим на минутку, что же чувствует ребенок?

*Воспитатель читает письмо от имени ребёнка.*

Письмо №1

Сегодня моя мама разбудила меня очень рано, я не выспался. Она сказала, что мы идем в детский сад, но почему-то очень нервничала. Что такое Детский сад?

Когда мы пришли в детский сад, мама совсем расстроилась, и мне показалось, что она сейчас заплачет. Мне стало страшно, что же сейчас будет?

Со мной рядом нет мамы, ходят чужие тёти, много незнакомых ребятков, некоторые почему-то плачут... Мне дали еду, которую ты, мамочка, никогда не готовила. Там были кусочки, а я привык есть дома перетёртую пищу. А еще дали мне в руку ложку, а ты всегда меня кормила сама. Потом все ребятки пошли в туалет, а зачем, я не знаю. Меня пытались посадить на какую-то кастрюлю с одной ручкой. Но ты ведь мне всегда надевала мои любимые непромокаемые трусики, и я, ни о чем не беспокоился.

Ой, мамочка, а что было потом! Меня положили в кроватку, а не покачали на ручках, как ты всегда делаешь. А где же моя любимая соска?

Мне так все непонятно, все не так, хочется заплакать...

2. Об адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада

Воспитатель: С поступлением ребенка в детский сад, мы связываем и радости (общение со сверстниками, новый опыт, занятия) и тревоги (как сложатся отношения с воспитателем, со сверстниками, комфортно ли будет малышу в группе детского сада). Поступая в детский сад, ребенок проходит так называемый период адаптации. Что такое адаптация, Вы, конечно, хорошо знаете.

*Адаптация* - это приспособление организма к новой окружающей среде, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством.

Так как же проходит эта самая адаптация, что на нее влияет, и что можно сделать, чтобы этот период был для ребенка максимально мягким и нетравматичным?

3. О факторах, способствующих успешной адаптации ребенка к детскому саду.

Воспитатель: Существуют факторы, влияющие на лёгкую степень адаптации: Настрой родителей.

Решили, что в детский сад идти пора? Не сожалейте, что ребенок поступает в дошкольное учреждение. Даже оставаясь внешне спокойными, вы выдаёте собственное беспокойство: тревожный взгляд, разговор на повышенных тонах, напряженный голос, влажная от волнения рука - масса мелочей, которые родители не осознают, но которые моментально считывает подсознание ребенка. Он улавливает стойкое отвержение детского сада родителями и тоже начинает испытывать страх и тревогу. Не говорите при ребенке плохо про детский сад, и не пугайте его детским садом, он может не понять слов, зато безошибочно воспримет настроение и интонацию, с которыми слова были сказаны.

Теперь вы с малышом будете проводить не весь день, а меньше времени. Замените количество качеством. Предложите малышу игру «Дорога от дома к детскому саду».

Нарисуйте на листе дом и здание детского сада, дорогу, по которой ходите в садик (деревья, автобус, магазин - это все видите утром). Малыш не будет отвыкать от сада, и понедельник не будет казаться ужасным днем. Разговаривайте с малышом на тему «Детский сад»: «Детский сад - это такой красивый большой дом, куда папы и мамы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей: там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело».

Проходя мимо детского сада, с радостью напомните ребенку, как ему повезло, что летом он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родным и знакомым о большой удаче - его приняли в детский сад. Если есть возможность, посмотрите видео детских праздников. Но главное здесь не переусердствовать! Иначе у ребенка может возникнуть неуверенность, страх нового. Все в меру!

В период адаптации реже принимайте гостей, и сами не ходите в гости. Ребенок и так эмоционально перегружен (новая обстановка, новые знакомые взрослые, которых надо слушаться, плачущие сверстники), поэтому дома спокойная атмосфера, тихий и доброжелательный тон родителей. Первое время, испытывая в детском саду эмоциональный шок, ребенок сдержан и напряжен, дома помогайте ему расслабиться, снимайте стресс смехом.

*Прощание с мамой* - отдельная тема. Ребенок начинает громко плакать, капризничать, всеми силами держится за маму и просит забрать домой. Нужно спокойно поцеловать, заверить, что Вы его обязательно заберете. Можно сказать во сколько, но тут важно обязательно держать обещание.

Можно придумать ритуал прощания. Он будет знаком ребенку, и прощаться станет чуточку легче.

Для любого ребенка начало посещения детского сада - сильнейший стресс. Здесь нет мамы, много совершенно незнакомых детей, некоторые из них плачут, ходят чужие взрослые, которых надо слушать. Они дают есть незнакомую еду из чужих тарелок, кладут спать в незнакомую кроватку, и нет любимой игрушки, с которой ребенок всегда засыпает.

Если малыша заранее приучили к режиму, если он умеет проситься в туалет, готов к непротёртой и разнообразной пище, умеет играть с игрушками, способен, хотя бы к кратковременному контакту с другими детьми, не боится их, доверяет воспитателю, то большинство проблем, связанных с адаптационным периодом, его минует.

Режим. Приведите в соответствие домашний распорядок дня режиму детского сада. Детей в ясельную группу приводят до 8 часов (в 8.00 – зарядка, в 8.15 - завтрак). В первое время не забирайте ребенка одним из последних.

Питание и сон. Вопреки распространенному мнению о том, что пища в детском саду не вкусная и малопривлекательная, смею заверить, что это не так. Рацион питания просчитывается до мельчайших деталей - в нем присутствуют фрукты и овощи, мясо и рыба, молочные продукты и злаки. Бывает, что дети приучены к новомодным хлопьям, чипсам и йогуртам, и отказываются от обычной еды. Кормите детей кашами, супами и проблем с питанием в детском саду не будет.

Привычки при засыпании (укачивание, засыпание на руках), в садике удовлетворить в полной мере невозможно. Воспитатель может посидеть на кроватке, погладить по спинке, но сделать это с каждым одновременно нереально. Страдают и новенькие, и все дети группы. Ломка устойчивых стереотипов при кормлении и укладывании спать приводит к негативным реакциям у детей.

Общение. Бывает, что общение ребенка с взрослыми ограничено рамками семьи. Контакты с посторонними взрослыми сводятся к общению с врачом и медицинской сестрой поликлиники, и не всегда это общение бывает приятным. Чтобы сформировать у ребенка положительное отношение к посторонним взрослым, необходимо, чтобы этот опыт был положительным. Чем чаще ребенок будет общаться с детьми и взрослыми во дворе, на игровой площадке, около дома, в парке, в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет адаптироваться к условиям детского сада. Конечно, ребенок не может мило улыбаться каждому незнакомому ему взрослому, и бежать, широко распахнув руки. Достаточно, если он не боится чужих взрослых, не плачет, когда в группу входят посторонние.

Навыки самостоятельности. Хорошо, если малыш будет уметь самостоятельно кушать, хотя бы частично одеваться, раздеваться и, конечно, ходить на горшок. Одевать ребенка в садик нужно по принципу не «последних модных тенденций», а удобства и комфорта.

В период адаптации ребенок переживает стресс, все ново (обстановка, люди, требования), поэтому быстро расходуется его энергия (тепло). Малышу может быть холодно. Одевать лучше потеплее.

Приветствуется также, если малыш самостоятельно кушает. Если нет, то, конечно, этот навык привьют Вашему ребенку педагоги. Однако, согласитесь, одно дело, когда этому делу учит мама и, совсем другое, когда это умение приходит в детском саду.

Воспитатель: Знаете ли Вы, что в период адаптации, ребенок может развиваться как бы «назад»? Это обозначает, что ребенок до момента поступления в детский сад уже многое умел делать сам, а теперь, когда начался период привыкания к новым условиям, как- будто бы все забыл. Предлагаю Вам поразмышлять над этим: я буду называть состояние малыша до адаптации, Вы - в период адаптации. Давайте попробуем!

Ел с удовольствием	Ест без аппетита или отказывается от еды
Спокойный, продолжительный сон	Сон недолгий, прерывистый
Спал один в кроватке	Спит с мамой (не стыдить)
Играл самостоятельно	Маму ни на шаг не отпускает
Послушный, хороший малыш	Капризный, несносный ребенок
Был отучен от соски, бутылки	Возврат к соске, бутылке
Был всегда сухой, умел пользоваться горшком	«Мокрые штанишки»
Достаточно хорошо говорил	Появление «детских слов» или отсутствие речи
Здоровый малыш	Снижение иммунитета
Стул в норме	Изменение характера стула (причина?)

Упражнение «Острое блюдо». Аудитории предлагают самолётики с вопросами. Необходимо ответить на заданный вопрос.

- Как отучить малыша от соски?
- Как уложить ребенка спать?
- Как приучить ребенка играть самостоятельно?
- Как приучить ребенка к горшку?

4. Коммуникативная игра «В детский садик мы идём, что же мы с собой возьмём?».

Для игры выбираются два участника, родителям предлагают обратить внимание на детские вещи и игрушки. Одному участнику нужно выбрать предметы не нужные ребёнку в детском саду (не удобную одежду), другому участнику - всё, что можно взять с собой в детский сад.

мелкие игрушки, предметы, монетки	шорты (удобные)
игрушки	колготки
жвачки	носки (хорошие)
грязную машинку	трусики
комбинезон	сандалии
туфли, сланцы и т.д.	футболка и т. д.

Все знаете, молодцы! Если Вы не будете забывать об этих золотых правилах, то Вашему малышу будет легко и комфортно в нашем детском саду.

*Воспитатель читает письмо от имени ребёнка.*

## Письмо №2

Мои мама и папа! Я хочу предупредить Вас, что привыкание к детскому саду может проходить у меня очень болезненно. Тяжело будет и моим воспитательницам, и няне. Но я знаю, что они хорошие и всегда придут мне на помощь.

Очень важно, чтобы между Вами, мои родители, и сотрудниками детского сада была согласованность. Мне немножко страшно и поэтому хорошо, если в первое время Вы будете особенно терпеливы и внимательны ко мне. Нам с тобой будет легче, если ты, моя милая мамочка, будешь прислушиваться к советам моих воспитателей. А ещё я хочу брать с собой в садик свои игрушки - с ними мне будет комфортнее.

Я хочу в детский сад, ведь я там не буду сидеть без дела. Меня научат лепить, делать аппликации, рисовать, конструировать, петь, танцевать. Я буду ухаживать за растениями, играть, читать книжки.

Я знаю: меня там ждут и будут очень рады встрече со мной!

Воспитатель: Удачи Вам!

Будьте нежны, терпеливы и доброжелательны, и тогда стресса, связанного с поступлением в детский сад, удастся избежать.

## Приложение № 3

### Квест – игра для родителей «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду».

**Цель:** расширение представлений родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям, о факторах, влияющих на успешную адаптацию.

**Задачи:** познакомить родителей с характеристиками психологической адаптации ребенка к условиям ДОО. Способствовать взаимному эмоциональному расположению между участниками. Способствовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.

**Целевая аудитория:** родители.

**Время проведения:** 1 час.

**Оборудование:** бейджики, фломастеры, магнитная доска, фигуры человечка, карточки с заданиями.

**Ход квест - игры:**

**Квест начинается в фойе детского сада или на площадке возле детского учреждения педагога-психолога**

У входа поставить стол с бейджиками и фломастерами. Участникам квеста необходимо выбрать бейджик и написать на нем свое имя.

После этого необходимо рассказать участникам о надписи на противоположенной стороне бейджика.

**Воспитатель:** «Перед тем, как начнётся занятие, Вам необходимо будет найти человека с точно такой же надписью, как и у Вас. Когда Вы найдете свою пару

– сядьте рядышком» (участники занятия выполняют задание, педагог-психолог раздает бейджики).

Здравствуйте! Рада приветствовать Вас на нашей игре. Так как мы находимся в неформальной обстановке, в течение нашего занятия Вы можете обращаться друг к другу по имени. Сегодня мы с Вами ответим на наш главный вопрос «Как пройти период адаптации безболезненно и интересно». Что на него ответить нужно выполнить некоторые задания. Мы с Вами будем передвигаться по детскому саду в поиске ответов на вопрос. Начинаем путешествие!

**Воспитатель:** Сразу обращаем Ваше внимание на то, что здесь собрались родители, чьи дети пошли впервые в детский сад. И поэтому в самом начале нашего занятия, я проведу для Вас упражнение на знакомство. Для этого Вам необходимо будет встать.

**Упражнение «Рукопожатие».**

**Цель:** знакомство между участниками квест-игры, снятие психоэмоционального напряжения,

**Описание:** За одну минуту постарайтесь познакомиться с помощью рукопожатия с наибольшим числом участников. Не забывайте считать, со сколькими людьми Вы познакомились. Вспомните, кто познакомился примерно с двумя людьми – погладьте себя по голове; кто познакомился от трех до десяти человек - погладьте себя по ушам; кто познакомился, почти со всеми, кто есть в этом кругу – погладьте себя по животу. Хорошо!

**Упражнение «Я самая счастливая мама, потому что мой малыш...»**

**Цель:** знакомство, создание положительной эмоционально-психологической обстановки.

**Описание:** Мы с вами познакомились, а теперь давайте представимся и немного расскажем о наших малышах. Каждый родитель по кругу передает маленькую куколку (игрушку), называя свое имя и сообщая как ласково называет своего малыша.

**Упражнение «Первый день в детском саду»**

**Цель:** ознакомление родителей с характеристиками психологической адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

**Описание:** Наверное, Вы уже догадались, что на бейджиках не простые надписи. Если соединить их всех вместе, в результате получится стихотворение. Перед каждой надписью есть цифра, которая показывает очередность. Давайте попробуем прочитать стихотворение.

**«Первый день в детском саду».**

(1) В детский сад иду я с мамой

Крепко за руку держусь,

И теперь не знаю сам я

Как без мамы обойдусь.

(2) Первый раз пришёл я в группу,

Как же много там детей,

Все играют и смеются

И игрушек много в ней.  
(3) Воспитательница мило  
Улыбнулась нам сперва,  
А потом ребяток тихо  
Всех ко мне подозвала.  
(4) Познакомились мы быстро.  
До чего ж тут хорошо!  
Этот день я не забуду,  
Столько я друзей нашёл!  
(5) Мама очень волновалась:  
"Как ребенок там в саду?"  
Может очень испугался,  
Или плачет он в углу?  
(6) Вот поэтому пораньше  
В сад торопится она.  
Я навстречу ей с улыбкой  
Выбегаю: ...  
(7) "Ты пришла!  
Как я рад, Я счастлив очень!  
Только, мама, не спеши...  
(8) Мы с Алёнкой доиграем,  
С Вовкой книжку дочитаем,  
Дорисуем мы с Илюшкой,  
А потом ещё покушаем,  
(9) Погуляем, поиграем,  
Мячик в зале погоняем.  
Вот тогда, моя мамуля,  
Ты за мною приходи!"

**Воспитатель:** : Вот такой веселый первый день, провел ребенок в детском саду!

Данное стихотворение показывает нам легкую адаптацию, когда ребенок адаптируется буквально за несколько дней и не испытывает дискомфорт. Ребенок вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к взрослому, может попросить о помощи. Он умеет играть с другими детьми, доброжелателен к ним. В данном случае, с адаптацией не возникнет ни каких проблем.

Есть адаптация средней тяжести, когда ребенок не хочет уходить от мамы, плачет при расставании, но через несколько минут напряженность постепенно спадает, ребенок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. Такая адаптация продолжается примерно одна – две недели.

И еще есть тяжелая адаптация, причиной которой является то, что у ребенка не сформированы элементарные культурно-гигиенические навыки; нет опыт



общения с незнакомыми людьми; нет умения занять себя игрушкой; в семье отсутствует режим дня, совпадающий с режимом детского сада...

Именно поэтому, чтобы не создавать для ребенка тяжелую адаптацию, необходимо подготовить его к посещению детского сада. Я предлагаю Вам выполнить следующие упражнения, которое покажет мне и Вам успешно ли проходит подготовка ребенка к детскому саду. Для этого нам необходимо будет встать и перейти в наш следующий пункт **«Музыкальный зал»**

**Упражнение – разминка «Поменяйтесь местами те кто ...».**

**Цель:** снятие психоэмоционального напряжения, создание благоприятного микроклимата.

Поменяйтесь между собой местами те:

- У кого сейчас хорошее настроение;
- Кто старается придерживаться дома режима дня максимально приближенного к режиму в детском саду (Какой именно это режим дня?);
- Кто обучает ребенка необходимым навыкам самообслуживания;
- Чьи дети умеют умываться, мыть и вытирать руки, одеваться и раздеваться, самостоятельно кушать, проситься на горшок;
- Кто включает в рацион питания те блюда, которые употребляют в садике;
- Кто приглашает друзей ребенка в гости и ходит в гости сам;
- Кто показал ребенку, где находится детский сад и гулял на его территории;
- Кто рассказал ребенку – что такое детский сад, зачем он нужен, как там внутри (в какой форме лучше рассказывать ребенку о детском саду?);
- Кто играет с ребенком дома в игру – детский сад;
- Кто пугает ребенка детским садом: “Вот будет плохо себя вести – отдам в детский сад” – помните, что так говорить ребенку, ни в коем случае нельзя.

Я хочу Вас похвалить, ведь Вы очень ответственно отнеслись к подготовке детей к посещению детского сада. Теперь можно присесть на стулья.

**Беседа – мозговой штурм «Причины тяжелой адаптации ребенка к детскому саду».**

**Цель:** ознакомление родителей с причинами тяжелой адаптации детей раннего возраста, предоставление путей помощи во взаимодействии детей и родителей в период адаптации.

**Описание:** **Итак, первой причиной тяжелой адаптации является?** (*не подготовленность ребенка к детскому саду*).

**Как Вы думаете, какова вторая причина?** (*родители рассуждают, психолог направляет их на правильный ответ*).

Второй причиной тяжелой адаптации, является, когда родители находятся в слиянии с ребенком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду, т.е. не заинтересованы в посещении детского сада. Ребенок чувствует их настрой и не хочет идти в детский сад – устраивает истерики, кричит, не играет с другими детьми, часто болеет.

Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что процесс адаптации ребенка полностью зависит от адаптации родителей, поэтому тема нашего сегодняшнего занятия так и звучит: **“Период адаптации есть и у родителей”**.

Практика показывает, если родители легко и быстро адаптируются к детскому саду, то и у ребенка этот процесс протекает легче. **Как вы думаете, что может облегчить адаптацию родителей к детскому саду?** (*родители отвечают*)

**Проблем с адаптацией не возникнет,**

Если родители понимают, что: детский сад – это место, где заинтересованы в их ребенке;

Если родители с доверием относятся к воспитателям и специалистам, прислушиваются и выполняют их рекомендации;

Понимают что детский сад для их ребенка своего рода работа, что он устает и скучает, поэтому делают внеплановые выходные;

Искренне интересуются жизнью своего ребенка в группе;

Принимают участие в мероприятиях, предлагают свою помощь и занимаются со своим ребенком дома.

**Опрос «Насколько Вы готовы к детскому саду?»**

**Цель:** самодиагностики уровня готовности родителей к адаптации детей в условиях ДОУ.

**Описание:** Сейчас я проведу для Вас некий мини опрос, который поможет мне и Вам понять, насколько Вы адаптированы к детскому саду. Перед вами рисунок, где изображен человек, поднимающийся по лестнице. Вам необходимо представить, что фигура человека это «ваше отношение к детскому саду» и расположить его на лестнице, поставив галочку, т.е. чем выше вы располагаете галочку на лестнице, тем больше Вы доверяете, заинтересованы, готовы принимать участие в жизни детского сада и т.д. Если же Ваше отношение к детскому саду отрицательное, поставить галочку внизу лестницы, тем самым оставаясь на месте. Также Вы можете поставить галочку посередине если Вам еще трудно определиться (*участники выполняют задание*). Результаты не оглашаются. А мы продолжаем наше путешествие и переходим **в наш следующий пункт «Спортивный зал»**

**Арт-терапия «Нарисуй меня».**

**Цель:** создание положительного образа в восприятии своего ребенка.

**Описание:** А теперь, мы немного порисуем. Для этого Вам понадобятся листок А4 и карандаши. Родителям предлагается нарисовать своего ребенка. На выполнение данного задания у Вас 5 минут (*участники выполняют задание*).

Отлично! Я вижу, что Вы все справились с заданием, но мне кажется, чего-то не хватает. Ведь у того, кого Вы рисовали – есть **имя**. Давай напишем имя на рисунке, и придумаем на каждую букву имени качество, характеризующее ребенка.

Хорошо! А теперь давайте представим свой рисунок. Теперь каждый узнал друг о друге немного больше.

**Разбор проблемных ситуаций**

**Цель:** оптимизации детско-родительских отношений, развитие психологической культуры родителей

**Как Вы думаете, что бы еще помогло Вам лучше адаптироваться как родителям?** (*планирование первой недели адаптации*) Сейчас у нас с Вами

будет возможность проиграть ситуации, которые могут возникнуть во время адаптации ребенка к детскому саду. Эти ситуации покажут нам ошибки родителей.

Для этого Вам необходимо будет разбиться на группы.

Перед Вами ситуация, которую необходимо будет разыграть и ответить на следующие вопросы:

В чем Вы видите ошибку родителей? А как Вы поведете себя в подобной ситуации?

**Инсценировка: «Ошибки при адаптации».**

**Ситуация № 1 «Резкое погружение ребенка в среду детского сада»**

Мальчик Коля вместе с мамой Леной идут в садик первый раз.

- Коля, ты сегодня поиграешь с ребятами в игрушки, и я заберу тебя сразу после прогулки. Договорились? – говорит мама.

- Да, хорошо, мама – отвечает Коля.

Мама Лена и Коля входят в раздевалку. Мальчик спокойно переодевается, мама помогает ему при необходимости. Он целует маме в щечку и идет к воспитательнице, которая ожидает в раздевалке.

- Не забывайте, у Вас первый день адаптации, поэтому зарядите Колю через два часика – предупреждает воспитатель.

- Хорошо! – отвечает мама.

Коля и воспитательница уходят в группу, а мама идет по своим делам.

Коля замечательно чувствует себя в группе, играет с детьми, разговаривает с воспитателем. Через какое-то время дети собираются на прогулку. Воспитатель помогает им одеваться. Они выходят на участок, играют. Проходит два часа, а мамы нет. Воспитатель начинает беспокоиться, и решает позвонить маме.

Набирает телефон:

- Абонент не отвечает или временно недоступен – слышит она в ответ.

Прогулка проходит успешно. Дети поднимаются в группу и переодеваются.

- Екатерина Ивановна, а где моя мама? – спрашивает Коля у воспитателя.

- Коля, она скоро придет. Давайте подождем еще чуть-чуть – отвечает воспитатель.

Коля вместе с детьми проходит в группу, они играют вместе с воспитателем и готовятся к обеду.

- Пора кушать, – говорит воспитатель.

Ребята садятся за столы и Коля вместе с ними. Он очень проголодался, поэтому съедает весь обед.

После обеда всех детей забирают мамы, а Коля остается один в группе с воспитателем.

- Коля, сейчас придет мама. Давай поиграем – предлагает воспитатель.

- Давайте! – отвечает Коля.

В час дня приходит мама Лена. Она открывает дверь и говорит:

- Ой, извините, Светлана Львовна. Уже столько времени?! Батарейка на телефоне села. Такое больше не повторится! Коля, пойдём домой.

На следующие день ситуация повторилась, и так всю неделю, мама забирала ребенка все позже и позже. Через неделю Коля заболел.

**ОШИБКА:** Это когда мама, вопреки рекомендациям воспитателя, стремится оставить ребенка сразу на целый день и уехать далеко по делам. В это время предпочтительно маме находиться в непосредственной близости от детского сада и быстро явиться по срочному вызову.

### **Ситуация № 2 «Нарушение принципа системности, последовательности + чрезмерная насыщенность развлечениями»**

Мама и дочка Лиза уже посещают детский сад несколько дней. Мама вовремя забирала девочку, даже раньше. Девочка плакала при прощании, а потом успокаивалась. Кушала мало.

Утром у воспитателя зазвонил телефон:

- Здравствуйте, Екатерина Ивановна. Мы сегодня не пойдем в садик, отдохнем пару дней. Я взяла на работе отгул. Хочу устроить ребенку праздник!

- Здравствуйте, хорошо. Только не затягивайте: адаптация – серьезный процесс, который нельзя нарушать.

В течение этих дней мама и дочка катались на каруселях, ходили в цирк, катались на велосипеде, гуляли.

Через пару дней воспитатель снова получает звонок от мамы девочки:

- Здравствуйте, Екатерина Ивановна. Лиза что-то не хочет идти в детский сад. Мы завтра придем.
- Здравствуйте, договорились. Обязательно приходите, мы Вас очень ждем.

На следующий день Лиза устроила маме истерику, как только они подошли к садику. Она взяла ее на руки и привела в раздевалку. Лиза очень сильно плакала, мама уговаривала ее как могла.

- Лиза, не плачь, пожалуйста. Ты сегодня потерпи, я тебя после обеда сразу заберу. Завтра уже выходные. Мы с тобой в кукольный театр ходим.

Лиза долго не могла успокоиться, с детьми играть не хотела и почти ни чего не ела.

**ОШИБКА:** Сегодня пойдем в садик, завтра не пойдем, потому что проспали, лень, просто маме не хочется, «он сегодня так плачет, что боюсь оставлять». Ребенок сложнее привыкает при таком непостоянстве + Стремление развлечь ребенка в трудный для него период походами в цирк, зоопарк, кафе. Этим еще сильнее нагружается нервная система ребенка. Лучше больше проводить времени в привычной домашней обстановке, играя и разговаривая с малышом.

### **Ситуация № 3 «Внезапное исчезновение при прощании + невнимание к социализации + чрезмерная озабоченность + обсуждение при ребенке»**

Мальчик Петя живет с мамой Олей и папой Димой в большом отдельном доме. Вечером перед первым днем посещения детского сада папа, мама и мальчик Петя смотрят мультфильм и общаются между собой:

- Дим, слушай. Я боюсь его в садик отдавать. Там все такое незнакомое для него. Он испугается. Будет плакать завтра.

- Оля, все хорошо будет. Вот увидишь, ему понравится.

- Не знаю, Дим. Я переживаю, уже две ночи не спала.

- Оля, тебе на работу пора выходить. И Пете будет в садике хорошо.  
Утром мама и Петя собираются в детский сад первый раз. Петя очень рад этому событию и берет с собой свою любимую игрушку. Они садятся с машину и едут в детский сад. По дороге в детский сад мама говорит ребенку:

-Петя, я думаю, тебе очень понравится в детском саду. Это самый лучший детский сад, там много новых игрушек, красивые рисунки на стенах, добрая воспитательница, которая с тобой поиграет.

- Мама, а там машинок много?

- Много, очень много Петя.

Они подъехали к садику, выходят из машины и идут в группу. В раздевалке их встречает воспитательница, показывает шкафчик. Петя переодевается.

- Мама, пойдем вместе в группу – говорит Петя.

- Я могу пройти вместе с ребенком? Он просто без меня еще никуда не ходил – спрашивает мама воспитателя.

- Да, проходите – отвечает воспитатель.

В это время в группе уже было несколько детей, они готовились к завтраку.

- Ребята, пойдемте, ручки поем перед завтраком – сказала воспитатель.

Дети все дружно пошли мыть руки и Петя вместе с ними. В этот момент, пока Петя был занят, мама решила убежать из группы.

Когда Петя вернулся в группу и увидел, что мамы нет – сильно заплакал. Воспитатели не могли его успокоить до тех пор, пока не вернулась мама. Наследующий день он не хотел идти в группу и каждый раз начинал плакать, если речь заходила о детском саде.

**ОШИБКА:** Когда мама старается отвлечь ребенка и уйти незаметно, считая, что тем самым она избегает стресса расставания. Мама исчезает то во время завтрака, то во время прогулки – формируется недоверие к маме, к миру, страх, что мама может исчезнуть в любой момент даже дома. Лучше всего придумать ритуал прощания, который будет повторяться каждый день. Ребенка необходимо заранее готовить к общению с другими детьми и взрослыми, наблюдать за особенностями его поведения (стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован). Если мама с опаской ждет, что ребенок заболит, он непременно заболит, чтобы оправдать ее надежды. Если мама долго прощается с ребенком с обеспокоенным выражением лица, а, приходя за ним, тревожно осматривает на предмет ушибов, покраснений, симптомов недомогания – ее тревога, несомненно, перейдет и ребенку. Прежде всего, в такой ситуации свое внутреннее состояние должна изменить мама.

Как вы думаете, какая общая ошибка прослеживается во всех ситуациях? (*ошибка в том, кто провожает ребенка в детский сад*). Приводить ребенка в детский сад лучше тем взрослым, с которым ребенок не проводил весь день и привык к ежедневному расставанию с ними.

Как лучше это делать?

Скажите уверенным и твердым тоном, что вам пора идти, поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь. Пр продемонструируйте

свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например, словами: «Вижу, у вас сегодня ожидается весёлый день» (далее можно намекнуть воспитателю на то, что ребёнок сейчас займётся его любимой игрой. Скажите ребёнку, как он может определить время, когда Вы должны за ним прийти (например, сразу после обеда) и будьте обязательно точны при этом. Если ребенок не легко идет в группу, по возможности не затягивайте расставание с ним утром: долгие проводы – долгие слезы (передавайте ребенка воспитателю и уходите, иначе он снова побежит к вам и отрываться от вас ему будет уже труднее. Не заглядывайте в окно группы с улицы: если ребенок вас увидит – у него скорее всего начнется истерика).

Мы проиграли с Вами несколько ситуаций, и я надеюсь, Вы постараетесь избегать тех ошибок, о которых мы только что говорили. Но все равно, первые дни адаптации – очень напряженные в эмоциональном плане. Родители волнуются, переживают – кто-то очень сильно, кто-то немного. И каждому из нас нужно будет успокоиться, ведь наше напряжение будет передаваться ребенку.

### **Рекомендации:**

#### **Как это можно сделать?**

Используйте метод арт-терапии: Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действие, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок из творчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Используйте пальчиковые краски, рисуйте кистями, ступнями ног.

Также можно использовать другие методы арт-терапии: танцевальная терапия, сказкотерапия, песочная терапия и т.д. Организуйте с ребенком интересные, успокаивающие занятия с водой, сюжетные игры.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите ему: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает грустно. Когда что-то новое начинается, сначала всегда бывает трудно, а потом привыкаешь и становится интересно. У тебя всё получится».

Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать ребёнку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский сад хорошим, не допускайте непоправимую ошибку – не считайте, что он заменяет семью. Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим.

#### **Опрос «Насколько Вы готовы к детскому саду?»**

**Цель:** самодиагностики уровня готовности родителей к адаптации детей в условиях ДОО, подведение итогов.

#### **Описание:**

Чтобы подвести итог, нашей сегодняшней встрече, я предлагаю снова ответить на вопрос: “Насколько Вы адаптированы к детскому саду?”, может что-то

изменилось в вашем мнении. Перед вами рисунок, где изображен человек, поднимающийся по лестнице. Вам необходимо представить, что фигура человека это «ваше отношение к детскому саду» и расположить его на лестнице, поставив галочку, т.е. чем выше вы располагаете галочку на лестнице, тем больше Вы доверяете, заинтересованы, готовы принимать участие в жизни детского сада и т.д. Если же Ваше отношение к детскому саду отрицательное, поставить галочку внизу лестницы, тем самым оставаясь на месте. Также Вы можете поставить галочку посередине если Вам еще трудно определиться (*участники выполняют задание*). Результаты не оглашаются. По Вашим результатам я могу сделать вывод о том, что занятие было полезно для Вас.

## Приложение 4

### *Тренинг для родителей*

#### *«Легкая адаптация к детскому саду – миф или реальность»*

**Цели:** психолого-педагогическое просвещение родителей по проблемам адаптации детей. Вовлечь родителей в воспитательный процесс ДООУ. Создание условий для полноценного общения (обмен мнениями, опытом семейного воспитания).

Оборудование и материалы:

Бумага, карандаши, мяч, листы самоклеящейся бумаги, музыка

**Ход:**

#### **1. Упражнение «Здравствуйте»**

Цель: установление контакта

«Здравствуйте, ладошки»

Здравствуйте, ладошки,

Хлоп-хлоп-хлоп! (хлопают в ладошки)

Здравствуйте, ножки!

Топ-топ-топ! (топают ножками)

Здравствуйте, щечки!

Плюх-плюх-плюх! (дотрагиваются ручками до щечек)

Пухленькие щечки!

Плюх-плюх-плюх! (осторожно постукивают по щечкам)

Здравствуйте, губки!

Чмок, чмок, чмок! (вытягивают губки вперед и чмокают)

Здравствуйте, зубки!

Цок, цок, цок! (стучат зубками)

Здравствуй, мой носик!

Бип, бип, бип! (дотрагиваются до носика)

Здравствуйте, родители! Привет! (машут рукой)

(автор М. Картушина)

#### **2. Упражнение «Что в имени тебе моем...»**

Цель: создание контакта, прояснение цели.

- Каждый представляется, рассказывает об имени своем и своего ребенка.

-Чего ожидаете от встречи?

*Передается мяч, родители пишут на наклейках и наклеивают их на мяч, передают дальше.*

### **Основная часть**

#### **3. Упражнение: «Ассоциации»**

- Скажите, какие ассоциации у вас возникают на слово «адаптация».

Давайте поговорим об этом процессе.

#### **Выступление воспитателя**

Хотя адаптация к детскому саду уже благополучно заканчивается, а у кого -то уже малыш адаптировался полностью – но мы сталкиваемся постоянно с процессом адаптации в жизни. Когда приходим в гости, в больницу, т.е. когда ребенок попадает в незнакомую ситуацию. Как же ему помочь пережить это без серьезных последствий?

1. Следует целенаправленно формировать у ребенка соответствующую возрасту форму общения с взрослыми и развивать его деятельность с предметами. Прежде всего, вы должны установить, какие контакты предпочитает ребенок – эмоциональные или деловые. Преобладание первых свидетельствует о необходимости развития более прогрессивной формы общения. Это не значит, что нужно прекратить эмоциональное общение с малышом и ограничиться лишь обучением его предметным действиям. Доброжелательность, внимание останутся стержнем общения. Но задача взрослого – создать условия для выдвижения на первый план предметной деятельности. Учите ребенка играть и пользоваться предметами обихода. Предоставляйте ему возможность самостоятельных действий. Нужно постоянно предлагать ребенку новый тип общения, который поможет ему увлечься предметным миром и овладеть способами взаимодействия с другими людьми.

2. С ребенком второго и третьего года жизни можно разыгрывать увлекательные сюжеты: это игры в дочки-матери, с животными, машинками, кубиками, конструкторами. Каждое прочитанное малышу стихотворение можно превратить в игру драматизацию. В начале инициатива целиком будет принадлежать взрослому, а ребенок станет лишь внимательным зрителем разыгрываемых событий. Но вряд ли он долго останется безучастным. В силу своей природной активности он обязательно присоединится к игре. Вот тут-то вы и должны помочь ребенку выбрать новые игрушки, заменить недостающие предметы другими, научить действовать вместе.

Дарики - дарики, (хлопаем в ладоши)

Летели комарики,

З-з-з! (Сложили пальцы рук в щепоть)

Вились, вились, (Обе руки совершают круговые движения)

Вились, вились,

В НОСИК вцепились! («комарики» вцепляются в носик)



*(Если ребенку игра нравится, то можно точно так же знакомить его с другими частями тела, изображая, как комарики вцепились в ручку, в ножку, в ушко, в пятку, в коленку и т.д.)*

3. Не забывайте поощрять любые успехи малыша – и тогда совместная игра станет для него желанным занятием. Постепенно снижайте свою активность, предоставляя ребенку большую свободу действий. Со временем вы должны поменяться с ним местами, чтобы он стал инициатором нового типа общения. Регулярные 10-15 –минутные предметные игры быстро сформируют у ребенка потребность в них. Постепенно активность будет расти, и, в конце концов, он начнет играть самостоятельно, а желание иметь партнера вытеснит стремление все время сидеть у вас на коленях.

4. Играя вместе с ребенком, нужно приучать его к дисциплине, аккуратности. Он должен знать, что с игрушками следует обращаться бережно, а после окончания игры убирать их на место. Приучать к порядку лучше тоже в игровой форме. Ваша фантазия и знание характера малыша помогут подобрать верный способ действий.

5.Разумеется, необходимо обучать ребенка умению пользоваться предметами обихода, постепенно приучать его к самообслуживанию. Пассивность, постоянное ожидание того, что взрослые его накормят, оденут, приласкают, поиграют с ним, препятствует адаптации ребенка в детском учреждении.

6.Чтобы ребенку легче было войти в новую социальную среду, полезно поощрять его общение с посторонними (ходите в гости и принимайте гостей).Обратить внимание на приготовленные памятки для родителей.

7. Постарайтесь сделать так, чтобы другие взрослые не только гладили вашего ребенка по головке или восхищались его внешностью, но и немного поиграли с ним. Расширение круга общения будет воспитывать в ребенке доверчивость, открытость, умение ладить с людьми. Избавление от чрезмерной привязанности к родным поможет малышу быстрее привыкнуть к новому окружению. За сравнительно небольшой период времени, примерно в течение месяца, поведение ребенка может измениться самым существенным образом. Он станет с удовольствием играть с «чужими» взрослыми, охотно выполнять его просьбы, адекватно реагировать на похвалу и порицание. Малыш станет более инициативным во взаимоотношениях.

#### **4. Упражнение «Качества взрослого, которые помогают (мешают) ребенку в период адаптации».**

Родителям предлагается на листочках написать по одному качеству, которое помогает ребенку и мешает ребенку во время периода адаптации. Далее все качества выписываются на демонстрационную доску, и составляется «портрет» родителя, который способствует или наоборот препятствует прохождению периода адаптации к детскому саду. Каждое качество обсуждается. По окончании упражнения делается вывод.

#### **Выступление педагога-психолога**

Детский сад...Как много эмоций и чувств заботливых мам и пап спрятано в этом слове! Как много опасений и надежд...Особенно у тех родителей, которые в детский сад последний раз заходили лет так "-надцать" назад, когда сами были детьми.

Дело в том, что педагоги знают, что такое детский сад изнутри. Я хочу вам рассказать, что среди родителей витает много мифов по поводу посещения детьми сего учреждения. Давайте рассмотрим некоторые из них.

### **Миф №1. «Дети в саду постоянно болеют».**

Отчасти, это действительно так. Правда, болеют. Но есть оговорка: не все и не всегда.

Если Ваш ребенок впервые пошел детский сад, то первые полгода-год он действительно может много болеть. С точки зрения психологии - стресс для ребенка, который ему необходимо пережить. Естественно, что организм «даст сбой». С точки зрения медицины - инфекции в таком количестве организм ребенка встречает первый раз. Иммунитету необходимо научиться с ними «работать».

Здесь важно то, как протекают болезни. Если процесс проходит относительно легко, не вызывая осложнений, то и беспокоиться не о чем. Малыш обязательно справится!

Если же болезни затягиваются, и каждая простуда оборачивается бронхитом или, хуже того, воспалением легких, то это повод задуматься.

Возможно, иммунитет ребенка изначально «оставлял желать лучшего», а стрессовая ситуация усугубила положение. Тогда консультация иммунолога и педиатра необходима.

Возможно, проблемы носят психологический характер. Тогда необходима консультация психолога

Возможно, причина в повышенной тревожности мамы по поводу адаптации ребенка.

В любом случае родителям важно помнить, что частоболеющий ребенок может стать для них действительно мифом. В том случае, если к адаптации подойти во "всеоружии": закалять ребенка, готовить его "морально", спокойно относиться к процессу самим.

### **Миф №2 «Не садовские дети» (дети с тяжелой дезадаптацией, которые ходят в сад полгода-год и никак не могут привыкнуть).**

Вот уж точно, миф.

Детский сад - дело вовсе не обязательное. И когда начинаешь глубже копать ситуацию «не садовского» ребенка, то, как правило, понимаешь, что проблемы в том, что родители это так считают. Ну, правда, давайте на минутку представим, что школьное образование в нашей стране станет не обязательным. Я уверена, что сразу найдутся «не школьные» дети!

Поэтому этот миф я бы путем замены слов назвала бы вполне таким существующим фактом «Не садовские родители».

Такое встречается часто:

*«Вроде как путевку дали, не пропадать же...»*

*«Ему со сверстниками надо общаться...»*

*«Ребенку необходимо общество...»*

А когда спросишь маму «А как Вы пережили то, что ребенок пошел в сад? А считаете ли Вы указанные причины действительно важными для Вас?», то выясняется, что причина в маминой «неготовности» оторвать от себя ребенка. То есть мама привела для себя, безусловно, важные доводы пользы детского сада. Но внутри у нее все «сжимается в комок» от нежелания отпускать от себя ребенка.

Она не готова! Более того четкого и уверенного осознания того, что ее ребенку нужен сад тоже нет! Особенно если и на работу не нужно торопиться.

Вот и обслуживает ребенок мамины потребности, не отходит от нее. Сплошная пытка и для мамы, и для малыша, который через определенное время этих мучений становится «не садовским».

Но! Маму можно понять! Ей на самом деле тяжело.

Милые мамы!

**Если Вы чувствуете, что не готовы отпускать ребенка «в большой мир», но понимаете, что рано или поздно сделать это придется, то необходимо себя «перенастроить».**

Вам на помощь может прийти психолог, тематические форумы в интернете и специальная литература на данную тематику.

**Миф №3. «Ребенок целый день будет плакать без меня».**

Миф. Может хныкать, периодически разрыдаться, да. Но так чтобы все время навзрыд, нет... Почему?

Ну, воспитатели живые же люди. Ваш ребенок в группе - не единственный. Даже при условии, что все дети спокойны - уровень шума в группе очень высокий. Поэтому воспитатели сделают все, чтобы успокоить Вашего малыша: посадят его на колени, будут держать за руку все то время, что требует малыш, смотреть с ним в окошко и ждать маму.

Хотя плакать ребенок, вероятнее всего, будет. Есть, конечно, единицы, которые не режут, но в большинстве ...

Особенный треш ждет родителей по утрам. Для малыша момент расставания самый трагичный.

Некоторые детки начинают плакать уже с вечера. Сама фраза «Завтра в садик» вызывает бурю негодования. Уговаривать ребенка хорошо себя вести и прекратить плакать при этом совершенно бесполезно. Лучше посочувствовать - ему, правда, тяжело.

В любом случае, милые родители, нужно усвоить!

**Если уж отвели ребенка в сад - сделайте усилие и начните доверять воспитателям. Они справятся. Обязательно найдут способ успокоить Вашего малыша.**

Как правило, 90% ребятшек успокаиваются через 10-15 минут после ухода мамы.

Безусловно, в группе он может тихонечко плакать и грустить на стульчике. Может снова громко разреваться при выполнении некоторых режимных моментов, например, если все дети дружно начнут собираться на прогулку. Мой младший сын таким образом почти 2 недели "прогуливал" музыкальные занятия, гимнастику, прогулки и много того, что предполагает уход из группы. Куда мама привела - там он и считал нужным ее ждать. Ни сантиметра в сторону! Сидел в группе - общался с няней. Но в конце концов слезки прекратились, и он понял, что куда бы ребята с воспитателем не ушли, они все равно возвращаются в группу!

Нужно дать ребенку право на эти эмоции. Пусть лучше плачет, чем держит в себе. Есть такие слезы, которые нужно выплакать (не помню, кто это сказал, напомните?). Это как раз случай тех самых слез.

**И еще заметка к сведению. Раз уж о слезах говорим.**

Слезы по утрам могут наблюдаться еще довольно долгое время. При этом если ребенок быстро успокаивается после ухода мамы, болеет не больше положенного, у него хороший аппетит, он идет на контакт, то такие слезы - не показатель дезадаптации. Возможно, эти слезы - исключительно "концерт для мамы", возможно, малышу просто сложно переключиться с режима дома на режим сада, возможно, ребенку сложен сам факт того, что мама уйдет. Он имеет право на такую реакцию. Главное - не делать из нее проблемы ни маме, ни воспитателю. И ни в коем случае не стыдить и не ругать за это ребенка!

**Миф №4. «В садике ему будет плохо, ведь детей много, а воспитатель один».**

Миф. Хотя поначалу может казаться, что та еще реальность.

На самом деле, первые дни, а может быть, и недели ему действительно будет плохо. Но нужно понимать, что это - лишь острая реакция на стресс. Первые дни ребенку нереально страшно!

Даже взрослый человек, оказавшись в совершенно незнакомом месте, первые несколько минут может чувствовать неловкость. Что о ребенке говорить!

Но рано или поздно сквозь свои слезки малыш увидит, что его никто не кусает, не обижает, а, напротив, пытаются завлечь игрушкой и накормить. Вот тогда -то и можно хлопать в ладоши от радости! Готово! Теперь с каждым днем все больше он будет видеть то, что в группе вполне себе интересно. Игрушки совсем другие (хотя справедливости ради отмечу, что некоторых детей, наоборот, эта новизна привлекает изначально и оттягивает момент появления слез). Воспитатель с ребятами лепит, рисует, читает им книжки, а еще и в "гости" к ним игрушки разные на занятия приходят. Песни поют, на улице бегают... Понятно думаю, что скучать нет особо времени.

Правда, сначала привыкнуть надо... тогда яркая радуга нам обеспечена.

**Миф №5. «К моменту посещения детского сада ребенок должен многое уметь: кушать и пить самостоятельно, озвучивать просьбу, просится на горшок и т.д.»**

А вот это утверждение совершенно не миф. Потому что чем самостоятельней ребенок, тем комфортнее ему в незнакомой обстановке.

Воспитатель для малыша в первые дни - чужая тетя, которую ни он не знает, ни она еще пока не успела с ним познакомиться. Она может просто не заметить того, что малыш стоит в углу и тербит штанишки, так как захотел в туалет.

А вот если мама дома заранее научила ребенка обращаться за помощью, то ему будет гораздо проще. Ведь он знает, что нужно сделать, чтобы его услышали.

Отсюда рекомендация всем родителям:

Учите ребенка озвучивать свои желания!

Когда мама бежит к малышу с тарелкой, стоит лишь ему проговорить невнятное «ням – ням», то просить правильно, так чтобы его слышали, ребенок не научится. И не нужно питать иллюзий на тему «Он у меня шустрый, сам догадается!». Может и не догадаться. Адаптация к саду - стресс, и невозможно предугадать, как ребенок на него отреагирует.

Разумеется, умение озвучивать свои просьбы появляется не сразу. У кого как, но примерно с двух лет. Важно учить этому ребенка очень задолго до детского сада, просто так это умение не формируется.

Я здесь рассмотрела вариант, когда ребенок идет в детский сад в три года. В этом возрасте умение самостоятельно кушать и знание горшка по умолчанию должны присутствовать в жизни ребенка.

В случае если группа, в которую ходит ребенок, называется ясельной, то самостоятельности малышей учат воспитатели совместно с родителями.

Итак, мы рассмотрели мифы об адаптации, которые встречаются в разговорах с родителями.

### **5. Упражнение «Не хочу в детский сад!».**

Нескольким родителям предлагается превратиться в своих детей, которым предстоит пойти в детский сад. Нескольким родителям предлагается сыграть самих себя и оставить ребенка, который плачет, в детском саду. Воспитателям предлагается показать, как они справляются с трудными ситуациями и успокаивают плачущих детей, которые не хотят идти в детский сад.

#### **Сценка № 1. «Я куплю тебе слона».**

Ребенок не хочет идти в детский сад, мама (папа) уговаривает его зайти в группу, обещая много подарков и сладостей, которые он купит ребенку, если тот не будет плакать. Воспитатель увлекает ребенка новыми игрушками и книгами и др.

#### **Сценка № 2. «Долгие проводы...»**

Ребенок плачет и отказывается идти в детский сад. Мама (папа), слушая уговоры, остаются с ребенком на 5 минут, затем еще на 5 минут. И так далее. Воспитатель пытается отвлечь ребенка тем, что в группе есть неотложные дела, и что одна она никак с ними не справится и т.д.

#### **Сценка № 3. «В детском саду хорошо»**

Малыш плачет навзрыд и не хочет идти в детский сад. Мам (папа) уговаривают его пойти, обращая внимание на позитивные стороны детского сада «В садике много интересных игр и игрушек, ребята соскучились по тебе и хотят с тобой поиграть, воспитатель придумает интересные занятия и тебе будет весело и т.д.». Также родители объясняют ребенку, что им нужно идти на работу, делать дела, а потом они придут за малышом и заберут его домой. Воспитатель отвлекает ребенка интересными игрушками и играми. После сценок подводятся итоги каждой из них. Какие положительные и отрицательные стороны в данных сценках, какая из сценок более всего способствует благоприятной адаптации детей и др.

**Упражнение «Группа нашей мечты» (создание коллажа).** На столах перед каждым родителем разложены фломастеры, цветные карандаши, клей, вырезки из журналов, чистые альбомные листы. Каждому из родителей предлагается нарисовать рисунок или сделать коллаж на тему «Группа нашей мечты». По окончании работы родители делятся своими впечатлениями о проделанной работе.

#### **Упражнение «Хвасталки»**

Каждый участник дает 3 позитивные характеристики себе и своему ребенку. На каждую реплику члены группы отвечают: «Мы рады за тебя!»

## **8. Рефлексия**

Передаем мяч по кругу, говорим, что нового для себя я сегодня узнал.

Приложение 5

### **Памятка «Как помочь ребенку быстро привыкнуть к детскому саду?»**

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой), а так же ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша в ясли должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.
5. Разрешите ребенку брать с собой в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.
6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (сосание соски, качание).
9. Создайте спокойную бесконфликтную обстановку в семье.
10. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра.

11. Будьте терпимее к его капризам.
12. «Не пугайте», не наказывайте детским садом.
13. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
14. Не скупитесь на похвалу.
15. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

Приложение № 6

### **Анкета – знакомство**

1. Фамилия, имя, дата рождения ребенка
2. Домашний адрес и телефон (дом., раб.)
3. Мама (ФИО, профессия, образование)
4. Папа (ФИО, профессия, образование)
5. Проживающие в семье бабушка, дедушка, брат, сестра
6. Подвержен ли ребенок простудным заболеваниям?
7. Какими ласковыми именами Вы называете ребенка?
8. Как засыпает?
9. Навыки самообслуживания
10. Любимые игрушки
11. Какой привычный подход к кормлению?
12. Бывают ли у вашего ребенка аллергические проявления? На что?
13. Как ваш ребенок идет на контакт со взрослыми?
14. Часто ли ваш ребенок общается со сверстниками?
15. Знаете ли вы, как проходит адаптация у детей к детскому учреждению?
16. Из каких источников и когда вы это узнали?
17. Готовили ли Вы ребенка к поступлению в детский сад? В какой форме?