

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 35 муниципального образования
Тимашевский район

**«Методические рекомендации
педагогам и родителям по успешной адаптации
детей 1,6 – 3 лет к детскому саду»**



Автор-составитель: Волченко Г. А.

Содержание

Раздел 1. Методические рекомендации для педагогов ДООУ по успешной адаптации ребенка в детском саду	4
1.1. Консультация для воспитателей «Успешная адаптация детей раннего возраста к детскому саду»	4
1.2. Выступление на родительском собрании «Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ»	8
1.3. «Анализ адаптации детей младшего дошкольного возраста»	13
Раздел 2. Методические рекомендации для родителей (законных представителей) по успешной адаптации ребенка в детском саду.	16
2.1. Консультация для родителей «Адаптация детей первой младшей группы к детскому саду».	16
2.2. Консультация для родителей «Адаптация к детскому саду. Типичные ошибки родителей в период адаптации»	18
Раздел 3 Игры с детьми в период адаптации:	
3.1. «Рече-двигательные игры в помощь к адаптации ребенка к детскому саду»	22
3.2. «Пальчиковые игры для детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период».	29
3.3. «Игры и упражнения с детьми 2-3 лет в адаптационный период»	32

Пояснительная записка

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке. Адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между возможностями человека и требованиями среды.

А. В Сухомлинский писал: «...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 обращении к вновь поступающим детям.

Существует множество книг, статей на тему адаптации, но работая более 10 лет в группе раннего возраста, куда приходят дети от 1,6 до 3 лет, по моему мнению, этот возраст можно назвать «хрустальным» и чтобы этот «хрусталик» не раскололся необходимо сделать адаптацию ребенка менее стрессовой, более интересной, увлекательной и комфортной.

Поскольку адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении, поэтому моя задача состояла в том, чтобы оградить и максимально облегчить его стрессовую ситуацию. При поступлении в учреждение дошкольного образования, сделать адаптацию более интересной, увлекательной и комфортной. По моему мнению, одной из главных задач в работе воспитателя являлся поиск условий, которые оказывали положительное влияние на успешность адаптации.

Немалое значение имеет тесное взаимодействие с семьей. В первую очередь, считается, что педагог должен приходить к детям всегда с хорошим и добрым настроением независимо от своих проблем. Моим девизом стала фраза «Если ты хочешь, чтобы жизнь улыбалась тебе, подари ей сначала свое хорошее настроение». Обыкновенная улыбка способна на целый день обеспечить хорошее настроение и себе, и ребенку, и родителям.

Проводимая работа показала, что необходимо учитывать чувствительность ребенка, так как она настолько велика, что любое травмирующее воздействие может привести к патологическим последствиям в развитии психики ребенка. А самая главная цель – это создание оптимальных условий комфортной адаптации и безболезненное «вхождение» малыша в жизнь детского сада, и чтобы родители, которые отдают своих детей в учреждение дошкольного образования, были уверены, что их дети находятся в надежных руках!

Методические рекомендации предназначены воспитателям ДОО и родителям воспитывающим детей в возрасте от 3 до 7 лет. Методические рекомендации включают консультации для педагогов и родителей. Рече-двигательные игры и пальчиковые игры с детьми в период адаптации, памятки для педагогов и родителей.

Успешная адаптация детей раннего возраста к детскому саду. (консультация для воспитателей)

Поступление ребенка в детский сад – это событие, требующее особого внимания со стороны педагогов дошкольного учреждения и родителей. При поступлении в ДООУ все дети проходят через адаптационный период. Адаптация ребенка к детскому саду – это сложный для него процесс.

Адаптация детей в детском саду раннего возраста имеет три степени. Легкая адаптация в раннем возрасте характеризуется относительно недолгим пребыванием в отрицательном эмоциональном состоянии и настроении. Детям раннего возраста свойственны расстройства сна, они не имеют аппетита, не хотят играть со сверстниками. Меньше, чем за месяц такое состояние нормализуется. Преобладает радостное, стабильное состояние, активная коммуникация с взрослыми и другими воспитанниками раннего возраста. Адаптация к ДООУ детей раннего возраста средней степени тяжести выражается в более медленной нормализации эмоционального состояния. В первом месяце адаптации часто случаются болезни, в основном респираторные инфекции. Такие заболевания длятся от недели до десяти дней и заканчиваются без осложнений. Психическое состояние нестабильное, любая новизна способствует негативным эмоциональным реакциям. С помощью взрослого дети более заинтересовываются познавательной деятельностью и скорее свыкаются с новыми условиями.

Тяжелая степень адаптации: эмоциональное состояние стабилизируется очень медленно, может длиться несколько месяцев. В тяжелый период адаптации свойственны агрессивно-разрушительные реакции. Все это сказывается на здоровье и развитии. Обуславливается тяжелая степень адаптации раннего возраста несколькими причинами: отсутствием режима в семье, который совпадал бы с порядком в детском саду, неумение играть с игрушкой, своеобразные привычки, несформированность гигиенических навыков, неумение общаться с новыми людьми.

Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ бывает легкой, быстрой и практически безболезненной, но может быть и тяжелой. Невозможно сразу точно определить какой она будет, это зависит от влияния многих различных факторов: от условий периода беременности до индивидуальных свойств центральной нервной системы.

Адаптационный период – серьезное испытание для малышей раннего возраста. Процесс привыкания к дошкольному учреждению проходит не всегда благополучно и сопровождается болезнями детей. При поступлении в дошкольное учреждение привычные условия жизни в семье (режим, характер питания, микроклимат помещения, приемы воспитания, характер обучения) меняются. Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу. У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоционально

состояние, иногда повышается температура тела. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков.

В период адаптации, когда расставание с обычной домашней средой тормозит все психические навыки малыша, педагогу важно поддержать его эмоциональный тонус. Ему необходимо проявить к малышу максимум терпения, чуткости, доброжелательности. Сгладить процесс адаптации малыша, впервые пришедшего в детский сад, поможет правильно организованная игровая деятельность, направленная на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый», «ребенок – ребенок». Поэтому актуальность данной проблемы определяется в сближении подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду, формировании эмоционального контакта, доверия. Все это возникает на основе совместных действий, то есть в игре.



Основная задача игр в период адаптации ребенка в детском саду – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго всегда готового прийти на помощь человека (такого, 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. Все виды театра — настольные, стендовые, кукольные. Встреча с театральными персонажами помогает детям расслабиться, снять напряжение, создает радостную атмосферу.



Игры с песком, (солью, манная крупа) которые стабилизируют эмоциональное состояние детей, дают простор для экспериментирования, предполагают возможность успешно играть одному, находясь в составе группы (в адаптационный период можно играть и на улице, и в группе — в уголке для игр с песком).



Подвижные игры-забавы, основная цель которых — доставить детям радости и удовлетворение от совместного со сверстниками активного и одновременно увлекательного времяпрепровождения.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие застенчивые дети. Можно применять игрушки — антистрессы, которые используются родителями и дома в период адаптации.



Поднять настроение можно «пальчиковыми» играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений. Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать условия для самостоятельных упражнений: предлагать малышам каталки, машинки, мячи. Если дети не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры. В значительной мере помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность. Безусловно, в проведении любого процесса главная роль принадлежит воспитателю.



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

Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО (материалы выступления на родительском собрании)

Некоторое время назад ваши детки, крепко цепляясь за мамину руку, переступили порог нашего детского сада. Наступила новая полоса в жизни вашей семьи, вашего ребенка. В жизни маленького человечка многое поменялось.

Дети раннего возраста - очаровательные существа. Они деятельны, любопытны, искренни, забавны. Наблюдать за ними - одно удовольствие. От маленьких детей к взрослым идут волны умиротворения и расслабленности. Но и ребенок вправе рассчитывать на бескорыстную любовь, доброжелательность и ласку. Когда ребенку хорошо и спокойно, он быстро развивается. Что для этого нужно? Прежде всего - обеспечить внутреннее эмоциональное благополучие малыша.

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.



Сейчас детки проходят сложный период, который называется АДАПТАЦИЯ (приспособление). Ребенок вживается в детский коллектив, примеряет на себя новую социальную роль. Это его первые шаги в обществе.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни - это и эмоциональный, и информационный стресс.

Педагоги детского сада стараются создать для детей комфортные условия применяют к каждому ребенку индивидуальный подход.

Моя задача, как воспитателя это:

- * Помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада;
- * Создание для ребенка атмосферы безопасности и комфортной обстановки;
- * Понимание внутреннего мира ребенка и принятие его таким, какой он есть;
- * Предоставление ребенку большей свободы и самостоятельности;
- * Оказание помощи семье в воспитании, осуществление необходимой коррекции отклонений в развитии ребенка, адаптация к жизни в обществе.

Поступление ребёнка в ясли вызывает, как правило, серьёзную тревогу у взрослых. Ребёнок в семье привыкает к определённому режиму, к способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.



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

И потому, так актуальна на сегодняшний день тема сотрудничества воспитателей и родителей в период адаптации ребёнка 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 к детскому саду.



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

Полезные советы любящим родителям.

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

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

- Не перегружайте малыша в период адаптации. У него в жизни сейчас столько изменений, и лишнее напряжение нервной системы ему ни к чему.

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

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

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

- Призовите на помощь сказку или игру. Придумайте свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и

немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. "Проиграйте" эту сказку с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял; мама обязательно за ним вернется.

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

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

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

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

Типичные ошибки родителей

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка к детскому саду. Чего нельзя делать ни в коем случае:

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

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

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

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

- Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже целый

день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

- Ни в коем случае не стоит пытаться исчезнуть не попрощавшись. Почувствовав предательство с вашей стороны, он перестанет со временем вам доверять.

Помощь нужна еще и родителям!

Когда речь идет об адаптации ребенка к саду, часто говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но "за кадром" почти всегда остаются родители, которые находятся в не меньшем стрессе и переживаниях! Они тоже остро нуждаются в помощи и почти никогда ее не получают.

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

Чтобы помочь себе, нужно.

- быть уверенными, что посещение сада действительно нужно семье. Например, когда маме просто необходимо работать, чтобы вносить свой вклад (порой единственный) в доход семьи. Иногда мамы отдают ребенка в сад раньше, чем выходят на работу, чтобы помочь ему адаптироваться, забирая пораньше, если это будет нужно. Чем меньше сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится. И малыш, реагируя именно на эту уверенную позицию, адаптируется гораздо быстрее. И самое главное—это спокойствие мамы. Не стоит нервничать и винить себя по поводу расставания с ребенком, со временем вы поймете, что расставание полезно и вам и ребенку. Ваше сильное переживание и нервозность обязательно почувствует ваш малыш и более того она может передаться ему. А вы ведь этого не хотите. Оставили ребенка и сразу постарайтесь думать о чем - то другом. Вы же понимаете, что детский сад - это в первую очередь хорошо для вашего ребенка, он общается, играет, развивается.

- поверить, что малыш на самом деле вовсе не "слабое" создание.

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

сердитесь на ребенка за "нытье". Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь. Постарайтесь дать ребенку понять, что никакие истерики, слезы и капризы не помогут, все равно придется идти в детсад.

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

Вот такие небольшие советы, что нужно делать, если ребенок плачет при расставании с мамой в детском саду. Я очень надеюсь, что они окажутся для вас полезными, помогут вам и вашему ребенку легче пережить адаптационный период.

Кстати, нередко замечала, что с папами детки расстаются гораздо легче и быстрее, нежели с мамами, никаких истерик и слез.

Рекомендации для родителей.

- любите своего ребенка таким, какой он есть;
- радуйтесь своему ребенку;
- разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;
- слушайте ребенка, не перебивая;
- установите четкие и определенные требования к ребенку;
- не устраивайте для ребенка множество правил;
- будьте терпеливы;
- каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;
- в разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;
- поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;
- чаще хвалите ребенка;
- поощряйте игры с другими детьми;
- интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;
- не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;
- помните, что авторитет родителей основан на достойном образце поведения;
- прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ДОУ;
- посещайте групповые собрания.

Анализ адаптации детей младшего дошкольного возраста.

В июне мы приняли в первую младшую группу детей от года восьми месяцев до двух лет восемь человек. При поступлении малышей в группу мы следовали установке: теперь все проблемы ребенка - наши проблемы, решили не перекладывать вину на родителей, если они не сумели соответствующим образом подготовить малыша к жизни в детском саду.

Прием, вновь прибывших детей, проводился по графику, согласованному с родителями и медсестрой. Старались уделять максимум внимания детям, узнавали их привычки, следили за их поведением во время утреннего приема, засыпания, кормления.

Адаптация происходила у всех по-разному: и отказ от еды, плач во время приема, сна, нежелание садиться на горшок, разбрасывание игрушек по группе. Но постепенно все налаживалось, дети становились спокойнее, привыкали к режиму, просьбам воспитателя и няни. Дети стали лучше кушать, спокойно прощаться с родителями, засыпали одно и то же время. Большинство детей спали глубоким спокойным сном до трех часов - это говорит о нормальном привыкании, доверчивости детей к воспитателю.

Адаптацию детей мы оценивали по следующим критериям:

- поведенческие реакции
- уровень нервно - психического развития
- заболеваемости и лечение
- сон
- аппетит.

На этапе адаптации мы приглашаем в группу заведующую, методиста, муз работника, знакомим их.

Когда основная группа была уже набрана мы, немного проанализировали уровень развития как физического, так и нервно - психического развития, что дало возможность индивидуального подхода к каждому ребенку.

С 1 сентября начались занятия в соответствии с Программой: « От рождения до школы». У нас есть все для сенсорного развития наших воспитанников. Пирамидки, бусы, шнуровки, кубики, вкладыши всегда доступны для детей. И всё размещено так, чтобы ребенок мог достать без труда то, что привлекло его внимание.

Разрабатывая программу для детей 1 младшей группы, мы в первую очередь ставили здоровье и безопасность малышей.

Отдельным пунктом у нас идут оздоровительно - профилактические мероприятия, направленные на закаливание, профилактику, организацию фитотерапии, ухода за детьми, воспитания привычек здорового образа жизни, цветовое решение интерьера и его безопасность, проветривание по режиму.

Проведение этих мероприятий позволило снизить заболеваемость детей простудными и инфекционными заболеваниями.

В группе создана развивающая среда, направленная на развитие детей с учетом специфики развития детей младшего возраста. Мы стараемся исключить возможные обстоятельства, которые угрожают психологической безопасности детей такие как: непродуманный режим дня, нарушение двигательного режима, однообразный образ жизни, наличие ни чем не обоснованных ограничений и т.д.

Организация образовательного процесса в нашей группе ориентирована на следующие пункты:

- организация на дому ближайшего развития каждого ребенка - учет направленности его интересов
- обеспечение свободы выбора и волеизлияния
- без оценочный подход к детям.

Еще мы много говорим, говорим и ещё раз говорим стихами и шутками, песенками и прибаутками. Говорим “вкусно” чтобы самим захотелось повторить. К концу первого полугодия мы уже видим, что дети говорят предложения, задают короткие вопросы, договаривают предложения, повторяют стихи, потешки, песенки, переносят всё это в игры. Мы не боимся давать много знаний детям, ведь чем больше даешь, тем больше могут взять.

Реализуя разные виды деятельности детей в 1 младшей группе, с учетом их индивидуальных способностей развития мы увидели следующие результаты:

1 Двигательная активность: Дети научились подпрыгивать, одновременно отрывая обе ножки от пола, пока с поддержкой перешагивание через несколько препятствий, нагибается за предметом.

2 Игровая деятельность:

Подражают многим действиям взрослых с бытовыми предметами, в игре действуют взаимосвязано и последовательно. Одеваются частично, обуваются все, застегивают на липучки. Играют вдвоем, втроем, строят вместе, помогают друг другу.

3 Развитие речи:

Дети знают имена родителей, воспитателей и няни, активно общаются друг с другом и воспитателем, но избегают общения с незнакомыми взрослыми. Активный словарь большей части детей составляет от 500 слов. Предложения состоят из 3-5 слов. Понимают несложные рассказы, по картинке, узнают то, что раньше видели: домашних и диких животных, детенышей.

4. Ориентируются в двух величинах, различают основные цвета и умеют подбирать по образу.

В области ИЗО деятельности дети усвоили навыки рисования горизонтальных линий и отрывистых вертикальных, освоили метод “тычка” концом кисти ,проявляют интерес к разным цветам. Так же рисуют шары, клубочки, кругообразными движениями, называют нарисованные предметы.

В группе мы стараемся обеспечить легкую адаптацию детей к условиям ДООУ.

Создаем комфортные условия пребывания ребенка в группе, а так же помогаем родителям овладеть знаниями особенностей адаптационного периода и способами общения с детьми в соответствии с возрастом.



Методические рекомендации для родителей (законных представителей) по успешной адаптации ребенка в детском саду.

«Адаптация детей первой младшей группы к детскому саду».

Консультация для родителей

Не секрет, что многие родители переживают период адаптации ребенка к детскому саду так же тяжело, как и их дети.

Что такое адаптация?

Адаптация – это приспособляемость организма к изменяющимся внешним условиям. В привычной, сложившейся жизни ребёнка появляются такие изменения:

- Чёткий режим дня;
- Отсутствие рядом мамы;
- Постоянный контакт со сверстниками;
- Необходимость слушаться воспитателя;
- Резкое уменьшение внимания.

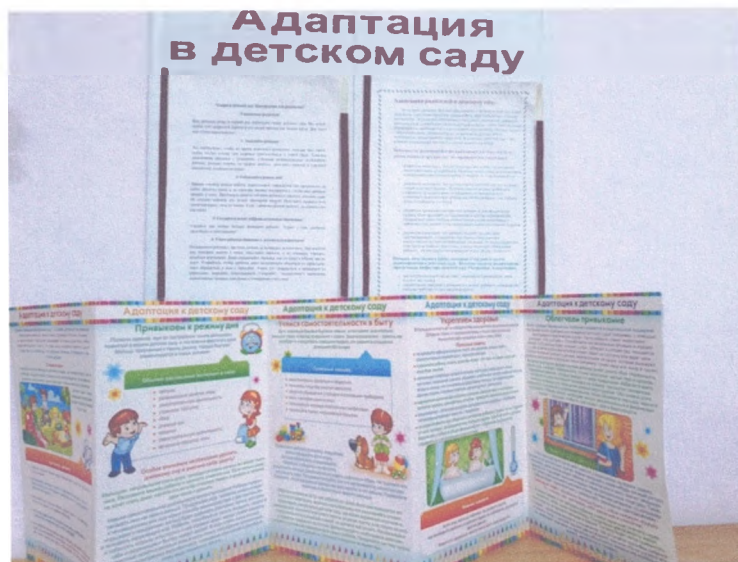
Основная причина, которая вызывает слёзы у ребенка – это тревога, связанная со сменой обстановки. Из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама всегда рядом и в любой момент окажет помощь, он перемещается в незнакомое пространство, где её нет. Встречает доброжелательных, но совершенно незнакомых ему людей, поэтому ребёнку сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. К тому же личный режим ребёнка нарушается. Все эти факторы могут спровоцировать истерику, нежелание идти в детский сад, а так же, простудные заболевания.

Вторая причина – отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет ребёнку пребывание в детском саду.

Третья причина – переизбыток впечатлений. Малыши испытывают много позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и в следствие этого - нервничать, плакать и капризничать.

Как же помочь ребенку быстрее пройти процесс адаптации?

В приемной нашей группы есть уголок адаптации, папка раскладка для родителей, буклеты, консультации и т. д. Почаще читайте постоянно обновляемую информацию об адаптации, задавайте чаще вопросы воспитателю. Адаптация каждого ребенка индивидуальна, и требует особого внимания к вновь поступающему ребенку.



Памятка для родителей.

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

2. Узнайте распорядок дня в группе и приблизьте режим ребенка дома к распорядку дня в группе.

3. Обсудите в семье с ребенком, что положительного есть в детском саду (*новые товарищи, много игрушек и т. д.*) .

4. Узнайте, быть может в этот сад, ходят дети ваших соседей или знакомых. Адаптация пройдет легче, если в группе у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе. Посетите детский сад, в то время, когда дети на прогулке и познакомьте своего малыша с воспитательницей и с детьми.





5. Учите ребенка дома всем навыкам самообслуживания.
6. Готовьте вашего ребенка к временной разлуке с вами и дайте ему понять, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
7. Повысьте роль закаливающих мероприятий.
8. Не отдавайте ребенка в разгаре кризиса трех лет.
9. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
10. Если вы заметили, что у вашего ребенка проблемы с адаптацией, то попробуйте поговорить с воспитателем о том, что вашему ребенку нужно постоянное внимание и поддержка с его стороны, т. к. другие дети склонны дразнить и обижать более слабых и зависимых. При этом, конечно, излишняя требовательность и принципиальность воспитателя будет серьезным тормозом.

К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании, умывании.

И в заключении хочется пожелать вам успехов в воспитании ваших малышей. Любите их просто за то, что они у вас есть. Удачи вам!

Адаптация к детскому саду.

Типичные ошибки родителей в период адаптации

Дети растут невероятно быстро. И вот уже нужно возвращаться на службу из декретного отпуска, а малышу привыкать к другой обстановке в детском саду. Образ жизни ребенка с момента вступления на порог сада кардинально изменится: строгий распорядок дня, отсутствие членов семьи рядом,

постоянное общение с ровесниками, другие требования к поведению и много всего нового. Непривычные условия обрушиваются на малыша, как «снег на голову», создавая для него стрессовую ситуацию. Успешная адаптация – проблема не только персонала сада, но и семьи. Мама и папа дошкольника переживают и это вполне понятно.

Родителей мучает множество вопросов: Как скоро их малыш привыкнет к чужой среде? Как помочь ребенку в этот непростой период? Какие могут возникнуть проблемы, и каким способом их решить? Какие ошибки допускаются и как их избежать?

Поговорим про ошибки родителей в этот непростой период.

«В детский сад надо идти в сентябре месяце»

Самое лучшее время для адаптации - лето. В это время заканчиваются занятия познавательного цикла, больше творчества и прогулок. Световой день длинный, больше солнца и тепла. Дети легче утром просыпаются, они более окрепшие физически и эмоционально устойчивее. Осень – не удачное время для начала адаптации. В период привыкания к саду детям важна неспешность процессов, отсутствие суеты. Малышам важно осмотреть все вокруг, разглядеть, поиграть во все игрушки. Летом это сделать легче, так как меньше детей ходят в сад, воспитатели выполнили основные образовательные задачи и в группах больше времени для ролевой игры. У детей есть свои «осенние трудности». Как они проявляются:

- дети быстрее утомляются, им труднее концентрировать внимание
- эмоциональный фон несколько снижен из-за темного времени суток, дождей и недостатка солнца
- на улице холодно и по утрам нужно надевать много одежды, а родители, как правило, торопятся, боясь опоздать в сад, - создаются ситуации с неприятными эмоциями, еще одна из причин не хотеть идти куда по утрам
- трудно проснуться утром, утренняя вялость
- осенью дети часто болеют простудными заболеваниями

«Об исчезнувшей маме»

Знакома ли вам такая ситуация? Первые трудные дни привыкания ребенка к саду. Малыш, с трудом оторвавшись от мамы, идет в группу. Ему интересны игрушки, новая обстановка, играющие дети. Он увлекается игрушкой, отвлекается от мамы. В это момент воспитатель шепчет маме «Идите! Видите, играет. Уходите, пока он отвлекся». И мама исчезает. Что происходит с ребенком, который несколько секунд назад видел маму, стоящей в коридоре, и вдруг – её НЕТ! Она исчезла! Куда, где мама! Ребенок забывает про игрушки. Он испытывает смешанные сильные чувства: страх, удивление, непонимание, растерянность, беспокойство. Была мама и исчезла! Прожив стресс в такой ситуации, ребенок «привязывается» к маме, не отпускает, цепляется за руки, плачет, кричит. Он боится повторения травмирующей ситуации. Поэтому старается сделать всё, чтобы она не

повторилась. После этого расставание в детском саду с мамой может стать ежедневной драмой.

Как можно было маме уйти? Она должна была попрощаться, сказать малышу, что уйдет, сообщить, когда вернется за ним. Маленькие дети лучше всего понимают время по режимным моментам: обед, тихий час, полдник, прогулка. Ребенок имеет право печалиться расставанию с мамой. Но, услышав мамино «Я уйду», у него будет ясность и понимание, что мама ушла, когда она придет. Ясность ребенку очень важна.

«В первые дни посещения сада родителям лучше всего быстро уходить и не сидеть в коридоре»

Ребенок, жизнь которого все предыдущие 2-3 года была рядом с мамой, в стенах его дома, с близкими родственниками, не может сразу и надолго быть без этих составляющих. Поэтому первые дни в саду важно, чтобы мама или другой близкий был рядом. Это дает ребенку ощущение безопасности, возможность получить ресурс и поддержку. Сначала малыши выбегают обняться и прижаться к маме часто, потом реже. Ребенку нужно время принять, что есть еще другой вариант бытия, жизнь в группе сверстников с чужим взрослым. В жизни ребенка до сада мама была главным человеком, она помогала ему и сопровождала во всех процессах. Теперь нужно время, чтобы принять необходимость ориентироваться на другого взрослого – воспитателя. Учиться обращаться к нему, получать помощь и поддержку.

Как родителям полезно пребывать в саду в первые дни?

Я рекомендую взять книжку, журнал или что-то еще, чем можно занять себя. Когда ребенок выбегает к вам, важно быть спокойной и радостно его встречать. Если малыш просит вас помочь решить какую-то трудность в группе, обратитесь к воспитателю. Важно, чтобы ребенок слышал «Здесь воспитатель знает, как и что делать. Давай спросим его. Он здесь главный взрослый. Он тебе поможет». Пусть малыш услышит, как вы спрашиваете воспитателя, давая понять, как ему в дальнейшем надо делать это самому. Хорошо, если ребенок будет свидетелем вашего общения с воспитателем. Если вы говорите с доверием, радостью, то для ребенка это будет сигналом доверия новым взрослым.

Бывает, что ребенку трудно оторваться от мамы и зайти в группу. Поэтому, хорошо в первый день зайти в группу вместе с малышом, обойти ее, рассмотреть всё вокруг, пообщаться при ребенке с детьми, воспитателями, поиграть вместе. Если в последующие дни ребенку всё-таки будет трудно расстаться – не отпихивайте его, не толкайте в сторону группы, не заставляйте идти, не злитесь за то, что ему трудно. Все эти действия приведут к обратному эффекту: ребенок «вцепится» в вас, так как окажется в вашем поле тревоги, и сам будет еще больше волноваться. И зайти в группу не сможет. Наоборот, наберитесь терпения и подождите, когда вашему ребенку станет скучно с вами, ведь в группе игрушки и дети. Любопытство возьмет верх. Надо только подождать и сохранять спокойствие.

«Мы отдали в детский сад, вот пусть там воспитывают и развивают ребенка. Детский сад решит все трудности ребенка»

Детский сад – это услуга по оказанию помощи родителям. Но сад не отменяет первостепенной роли семьи в жизни ребенка. Все ценности, традиции, особенности контакта ребенок осваивает и присвоит именно в семье. Поэтому семье важно быть для своего малыша примером и образцом в общении и поведении. Эмоциональное состояние и способы поведения ребенка напрямую зависят от папы и мамы. В саду есть развивающая среда и занятия. Но ничто не заменит ежедневного общения ребенка с родителями обо всем происходящем вокруг и в семье; совместного времяпровождения в игре и семейных событиях; познавательных поездок и просто эмоционального проживания друг друга.

«Адаптация к саду проходит 1-2 недели»

Многие родители, приводя в сад ребенка в 2 года, планируют только одну неделю адаптации (пребывание до обеда). А уже со второй недели хотят оставлять ребенка на сон, до вечера. 1-2 недели – это период адаптации эмоционально устойчивого ребенка, который уже посещал другой детский сад и ему 4-6 лет. Для детей 2-3 лет привыкание к саду – это период от месяца до полугода. Девочки – быстрее адаптируются и готовы выдерживать нагрузку целого дня через месяц - полтора, мальчики – сложнее. Бывает и так: ребенок начинает оставаться на целый день в саду, ему нравится, легко расстается с родителями. А через 1, 5-2 месяца мы наблюдаем последствия психического перенапряжения (тики, навязчивые движения, логоневроз, энурез, частые простудные заболевания как следствие снижения иммунитета), которое говорит, что нагрузка сада оказалась выше возможностей ребенка.

Что является нагрузкой в детском саду? Это родителям трудно понять. Малыш получает много за день впечатлений. На занятиях и в различных видах деятельности ребенку необходимо слушать, направлять свое внимание, сосредотачиваться, задействовать все органы восприятия. В режимных моментах и быту дети стараются следовать правилам, отказывать себе в сиюминутных желаниях. А еще по несколько раз в день надо одеваться и раздеваться, активно играть на прогулке. Участвовать в игре со сверстниками, прикладывая усилия, чтобы договориться и понять партнера. Эмоционально проживает разные неприятные моменты контакта. На все эти процессы уходит много сил и ресурса ребенка. Поэтому лучше всего в период адаптации ориентироваться на актуальное состояние ребенка, наблюдая, как ребенок переносит возрастающую нагрузку.

Пусть Ваш малыш с радостью говорит «Хочу в детский сад!».

Раздел 3. Игры с детьми в период адаптации. Речедвигательные игры в помощь к адаптации ребенка детскому саду

«Мяч в кругу»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения, развитие координации движений

Ход игры: Дети (8-10 человек) садятся на пол в круг и прокатывают мяч друг другу. Воспитатель, показывает, как отталкивать мяч двумя руками, чтобы он катился в нужном направлении.

«Все дальше и выше»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения

Материал: Яркий мяч.

Ход игры: Ребенок сидит. Воспитатель, стоя на некотором расстоянии, бросает ему мяч и приговаривает: «Бросим дальше, бросим выше». Малыш ловит мяч.

«Мы топаем ногами»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения, отработка основных движений

Ход игры: Дети становятся в круг. Воспитатель произносит медленно текст, давая им возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем руками,

Киваем головой.

Мы руки поднимаем,

Мы руки опускаем,

Мы руки подаем (дети берутся за руки, образуя круг)

Мы бегаем кругом.

Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой». Все останавливаются.

«Мяч»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения, отработка основных движений

Ход игры: Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает: «Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!» После этого «мячик» убегает, а взрослый ловит его.

Музыкальная игра с элементами массажа «Зоопарк»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального и физического напряжения

Ход игры: воспитатель включает музыкальное сопровождение и вместе с детьми выполняет массажные движения, согласно тексту
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.
(Хлопаем по всему телу ладонями).
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носгах, на животах, на коленях и носках.
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.
(Щипаем себя, как бы собирая складки).
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
На носгах, на животах, на коленях и носках.
(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела).

«Дай ручку!»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения

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

—Давай здороваться. Дай ручку!

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

«Привет! Пока!»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения, отработка правил поведения в группе

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

—Привет! Привет!

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

—Давай здороваться. Помашки ручкой! Привет!

При прощании игра повторяется — педагог машет рукой.

—Пока! Пока!

Затем предлагает малышу попрощаться.

—Помашки ручкой на прощание. Пока!

Этот ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце занятия. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно.

«Хлопаем в ладоши!»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения

Ход игры: Педагог хлопает в ладоши со словами:

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

Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним:

—Давай похлопаем в ладоши вместе.

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

«Прыгай веселей!»

Цель: помочь адаптироваться к условиям детского сада

Задачи: создание благоприятного эмоционального климата в группе, снятие эмоционального напряжения, отработка основных движений

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

Прыгай, прыгай веселей! (прыгают на двух ногах)

Прыгай, - побыстрей!

Вверх, вниз, вверх, вниз! (руки поднимают вверх, вниз)

И немного покружись! кружатся на месте.

Мы немножко отдохнем и опять играть начнем.

Игра повторяется несколько раз.



«Солнечные зайчики»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движений.

Материал: маленькое зеркальце.

Ход игры: Воспитатель зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом: солнечные зайчики играют на стене, помани их пальчиком, пусть бегут к тебе!

По сигналу «Лови зайчика!» дети пытаются его поймать. Игру можно повторить 2-3 раза.

«Игра с собачкой»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения

Материал: игрушечная собачка.

Ход игры: Воспитатель держит в руках собачку и говорит:

Гав-гав! Кто там?

Это песик в гости к нам,

Я собачку ставлю на пол.

Дай, собачка, Пете лапу!

Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносит миску с воображаемой едой, собачка «ест», «лает», говорит ребенку «спасибо!»

При повторении игры воспитатель называет имя другого ребенка.

«Ладушки – хлопушки»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения

Ход игры: Взрослый декламирует стишок, выполняя действия:

- Ладушки – ладушки, звонкие хлопушки,

Хлопали в ладошки, хлопаем немножко. Да! (громко хлопаем в ладоши)

- Кашу варили, ложечкой мешали (взрослый помогает ребенку водить пальчиком правой руки по ладошке левой)

- Куколку кормили. Да! - Кошечке давали. Да! (протягиваем левую ладонь вперед) -

Кулачки сложили, кулачками били, тук, тук, тук, тук, тук. Да! (сжимаете пальцы в кулаки и решительно постукиваете ими друг о друга)

- Ладошки плясали, деток забавляли, ля-ля-ля, ля-ля-ля, ля-ля-ля. Да!(делаем фонарики)

- Ладушки устали, ладушки поспали, баю-бай, баюшки, баю-бай, ладушки. Да! (складываем ладони рук и подкладываем их по щеку)

«Пускание мыльных пузырей»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения.

Материал: мыльные пузыри.

Ход игры: воспитатель пускает мыльные пузыри и говорит:

— Осторожно, пузыри!

— Ой, какие!

- Посмотри!
- Раздуваются!
- Блестят!
- Отрываются!
- Летят!
- Вот — со сливу!
- Вот — с орех!
- Вот не лопнул дольше всех! Дети ловят мыльные пузыри.



«В нашей группе»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Ход игры: педагог предлагает детям сесть в круг, хлопать в ладоши, приговаривая:

В нашей группе, в нашей группе,

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят,

Вместе рядышком сидят.

Называем по очереди всех детей: А у нас есть Настя

А у нас есть Петя и т. д.

Много маленьких ребят,

Много маленьких ребят

Вместе рядышком сидят.

Игра повторяется несколько раз, чтобы дети запомнили друг друга.



«Иди ко мне»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Ход игры: Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов, и манит его к себе, ласково приговаривая: «Иди ко мне, мой хороший!». Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: «Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!» Игра повторяется.

«Пришел Петрушка»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Ход игры: Воспитатель приносит Петрушку, рассматривает его с детьми. Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой встряхивают погремушки и прячут их за спиной.

«Хоровод»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Ход игры: Воспитатель держит ребенка за руки и ходит по кругу, приговаривая:

Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов

Кружим, кружим хоровод.

До того мы закружились,

Что на землю повалились. БУХ!

При произнесении последней фразы оба «падают» на землю.

Вариант игры :

Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов,

Водим, водим хоровод.

Как заканчиваем круг,
Дружно прыгаем мы вдруг Геи!
Взрослый и ребенок вместе подпрыгивают.

«Покружимся»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.
Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.
Ход игры: Воспитатель берет мишку, крепко прижимает его к себе и кружится с ним. Дает другого мишку малышу и просит так же покружиться, прижимая к себе мишку.
Затем, взрослый читает стишок и действует в соответствии с его содержанием.
Дети вслед за ним выполняют движения.
Я кружусь, кружусь, кружусь,
А потом остановлюсь.
Быстро-быстро покружусь,
Тихо-тихо покружусь,
Я кружусь, кружусь, кружусь
И на землю повалюсь!

«Собираем игрушки»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.
Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; приучение к порядку.
Ход игры: Воспитатель приглашает ребенка помочь ему собрать разбросанные игрушки, в которые он играл. Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с ним положите ее на место. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее на место. Пока вы складываете игрушки, напевайте что-нибудь вроде:
«Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем».
Или:
А теперь за дело дружно,
Убирать игрушки нужно!
Мигом мы взяли за дело-
И работа закипела!
Динь-ля-ля, динь-ля-ля!
Кушать (гулять, спать) нам уже пора!
Все машины ждут, куклы, мишки ждут,
Когда к ним подойдут и на место уберут.

«Лягушата»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.
Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального и физического напряжения; развитие координации движения.
Ход игры: Выполнять движения, соответствующие тексту.
Лягушата встали, потянулись

И друг другу улыбнулись.
Выгибают спинки,
Спинки – тростинки.
Ручками захлопали
Постучим ладошкой
По ручкам мы немножко
Грудку мы чуть-чуть побьем
И немного по бокам.
А потом, потом, потом
Ножками затопали
Хлоп-хлоп тут и там,
Хлопают ладошки
Нас уже по ножкам
Погладили ладошки и ручки, и ножки
Лягушата скажут: «Ква!» Прыгать весело, друзья!»

«Верхом на лошадке»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения

Ход игры:

Мы поскачем, скачем, скачем,

Скачем на лошадке!

Мы совсем уже не плачем,

Все у нас в порядке!

или:

Мы поскачем, скачем, скачем,

Скачем на лошадке!

Мы давным-давно не плачем,

Все у нас в порядке!

«Хлопушки»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Ход игры: Педагог показывает свои ладони и предлагает ребенку похлопать по ним. «Детка хлопать так умеет, своих ручек не жалеет. Вот так, вот так-так своих ручек не жалеет!»

«Вместе с мишкой»

Цели: помочь детям адаптироваться к условиям детского сада.

Задачи: создание положительного эмоционального климата в группе; снятие эмоционального напряжения; развитие координации движения.

Материал: игрушечный медвежонок.

Ход игры: Воспитатель беседует «на равных» с мишкой и ребенком например: «Катя, тебе нравится пить из чашки?», «Миша, нравится тебе пить

из чашки?» Делает вид, что поит мишку чаем. Затем проделывает с мишкой другие манипуляции.

«Пальчиковые игры для детей младшего дошкольного возраста в адаптационный период»

В адаптационный период, когда многим детям тяжело и одиноко в непривычной обстановке, именно игра в общение может скрасить первое время пребывания ребенка в детском саду. Основная задача игр с детьми в адаптационный период – наладить доверительное отношение с каждым ребенком. Подарить малышам минуты радости, попытаться вызвать у них положительное отношение к детскому саду. Чтобы решить эту задачу, воспитатель должен в игровой форме выразить каждому ребенку свое доброжелательное отношение. Поэтому основной игровой целью, которую воспитатель ставит перед собой, должна быть цель проявить заботу, доброжелательность и внимание к каждому ребенку. В таких играх рекомендуется не использовать игровые персонажи, поскольку они будут отвлекать вас и детей от непосредственного общения друг с другом.

В адаптационный период нужны фронтальные игры, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игры всегда выступает взрослый. В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно пальчиковыми играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений. Дети двух-трех летнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись вместе за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.



Пальчиковые игры для малышей дают возможность родителям и воспитателям играть с детьми, радовать их и, вместе с тем развивать речь и мелкую моторику. Благодаря пальчиковым играм малыш получает

разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Пальчиковые игры формируют добрые взаимоотношения между детьми, а также между взрослым и ребёнком. Персонажи и образы пальчиковых игр - паучок и бабочка, коза и зайчик, дерево и птица, солнышко и дождик - нравятся малышам с полутора-двух лет, дети с удовольствием повторяют за взрослыми тексты и движения. Одни пальчиковые игры готовят малыша к счёту, в других ребёнок должен действовать, используя обе руки, что помогает лучше осознать понятия выше и ниже, сверху и снизу, право и лево.

Пальчиковые игры, в которых малыш ловит или гладит руку взрослого или другого ребёнка, хлопает его по руке или загибает пальцы партнёра по игре, важны для формирования чувства уверенности у ребёнка. Произносить тексты пальчиковых игр взрослый должен максимально выразительно: то повышая, то понижая голос, делая паузы, подчёркивая отдельные слова, а движения выполнять синхронно с текстом или в паузах. Малышам трудно проговаривать текст, им достаточно выполнять движения вместе со взрослым или с его помощью. Для некоторых игр можно надевать на пальчики бумажные колпачки или рисовать на подушечках пальцев глазки и ротик.

Пальчиковые игры побуждают малышей к творчеству и в том случае, когда ребёнок придумывает к текстам свои, пусть даже не очень удачные движения, его следует хвалить и, если возможно, показать свои творческие достижения, например, папе или бабушке. Наибольшее внимание ребёнка привлекают пальчиковые игры с пением. Синтез движения, речи и музыки радует малышей и позволяет проводить занятия наиболее эффективно; можно пропевать, предложенные тексты на любую подходящую мелодию.

Поэтому значение пальчиковых игр очень велико для формирования всесторонне развитой личности. Играйте с ребёнком как можно чаще, но недолго. Этим вы будете способствовать активации мыслительных процессов, развитию речи и фантазии карапуза. Было замечено также, что чем лучше развиты кисти у ребёнка и активнее работают пальчики, тем быстрее он начинает говорить и легко справляется с произношением сложных звуков. Напрашивается логичный вывод о том, что пальчиковые игры для развития речи просто незаменимы. И этому есть объяснение – формирование коры головного мозга зависит от развитости наших конечностей, а именно – руки и пальцев. И как только кисть малыша приобретает гибкость и пластику, у него появляется и словесная речь.

На вопрос «для чего нужны пальчиковые игры» легко может ответить любой специалист. Эти простые упражнения для пальцев помогут синхронизировать работу левого и правого полушария, создавая своеобразную перемижку между ними. Левое полушарие отвечает за словесную речь во время игры, а правое – за развитие фантазии и воображения. И если связь между ними крепкая, то нервные импульсы проходят чаще и быстрее активизируя мышление и внимание ребёнка.

Пальчиковые игры – это не ноу-хау. Их существование было известно еще в давние времена у разных народов. В Китае, например, пользуются большой популярностью упражнения с шариками, перекачивание которых помогает улучшить память, укрепить сердечнососудистую систему и наладить работу пищеварительного тракта. Они снимают стресс, развивают ловкость и силу кисти. В Японии вместо шариков использовали грецкие орехи, а в России детей обучали таким известным играм, как «Коза рогатая», «Сорока-ворона» и «Ладушки». И на сегодняшний день значение пальчиковых игр настолько велико, что они были взяты на вооружение специалистами.

Задавая себе вопрос для чего нужны пальчиковые игры, мы также легко можем на него ответить, наблюдая за развитием своего малыша. Какой радостью светятся его глазки, когда он пытается повторять ваши движения и слушает стишки. Развивая свои пальчики, ребенок стимулирует мышление, а фантазируя вместе с вами – подключает воображение. Поэтому значение, используемых для занятий с малышом пальчиковых игр, особенно велико в раннем младенческом возрасте.

Игры и упражнения с детьми 2-3 лет в адаптационный период

Поступление в детское дошкольное образовательное учреждение - очень важный этап в жизни ребенка. У ребенка меняются почти все условия в жизни: режим дня, новые требования к поведению ребенка, другой стиль общения, отсутствие родителей, постоянный контакт со сверстниками. Ребенку необходимо адаптироваться к новым условиям, создающим для него стрессовую ситуацию.

Для облегчения процесса привыкания детей к дошкольному образовательному учреждению, предлагаю подборку игр и упражнений, которые помогут снизить психоэмоциональное, скелетно-мышечное напряжение, импульсивность, тревогу и агрессию, расширят игровые и двигательные навыки детей.

Рекомендации к проведению:

- Взрослый является непосредственным участником игр – заряжайте детей своим хорошим настроением, положительными эмоциями;
- Используйте для регулярных занятий особо понравившиеся ребенку игры;
- Рассказывая стихи, меняйте ритмико-интонационную структуру речи (тихо, таинственно, громко, шепотом);
- В процессе работы допустимо внесение различных дополнений в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей;
- Темп проведения упражнений и игр носит индивидуальный характер, учитывайте особенности нервной системы ребенка;
- Некоторые игры и упражнения можно провести на прогулке;
- Используйте наглядные материалы, тематические картинки, мягкие игрушки.

Вот такие!

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Вот такие!», сопровождая его движениями. Дети повторяют слова и движения.

2. Исходное положение: сидя на ковре, спина ровная, ноги слегка согнуты в коленях.

У котенка усы – **ВОТ ТАКИЕ**, (проводим пальцем под носиком)

У слоненка уши – **БОЛЬШИЕ**, (гладим ушки)

У крокодила – **ОСТРЫЕ ЗУБКИ**, (показываем зубки)

А у пингвинов – **ТЕПЛЫЕ ШУБКИ**, (гладим ручки, ножки)

У бегемота – **ТОЛСТЫЙ ЖИВОТИК**, (гладим животик)

У лягушонка – **УЛЫБЧИВЫЙ РОТИК**, (улыбаемся, «фиксируем» улыбку 5-10сек)

У зайчонка – **КОРОТЕНЬКИЙ ХВОСТИК**, (гладим поясницу)

А у мышонка – **МАЛЮСЕНЬКИЙ НОСИК** (дотрагиваемся до кончика носа)

Хрюшка Ньюша умывалась

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Хрюшка Ньюша улыбалась», сопровождая его движениями. Дети повторяют слова и движения.

2. Исходное положение: сидя на ковре, спина ровная, ножки выпрямлены и вытянуты перед собой. Выполняем упражнение в соответствии с текстом стихотворения.

Хрюшка Ньюша умывалась, (растираем ладошки между собой до тепла 5-10 сек.)

Видно в гости собиралась.

Вымыла она ножки (гладим ножки от кончиков пальцев к бедру)

Вымыла она животик (гладим животик по часовой стрелке)

Вымыла она шейку (растираем шейку от ушек к плечам)

Вымыла она щечки (гладим щечки круговыми движениями)

Вымыла она носик (гладим носик, указательным и средним пальцами правой руки растираем переносицу)

Вымыла она ушки (растираем ушки)

Улыбнулась и сказала:

-Чистой хрюшка Ньюша стала!

Ладушки-ладошки

Мыли мылом ушки, (Гладят ушки)

Мыли мылом ножки, (Гладят коленочки)

Вот какие ладушки, (Хлопают в ладоши)

Ладушки-ладошки! (Крутят руками «фонарики»)

Наварили каши,

помешали ложкой, (Мешают ложкой, ладошка-кулачок)

Вот какие ладушки, (Хлопают в ладоши)

ладушки-ладошки

Курочке-пеструшке

Накрошили крошки (Соединяют большой палец, указательный и средний - «покрошили» обеими руками)

Вот какие ладошки,
Ладушки-ладошки! (Хлопают в ладоши)
Прилегли ладошки
Отдохнуть немножко, (Соединяют две ладошки вместе, кладут под щеку)
Вот какие ладошки,
Ладушки-ладошки! (Хлопают в ладоши)
- Наступило утро, проснулись ладошки и снова за работу!
- С добрым утром, глазки! Вы проснулись?
- Проснулись! (упражнение «Бинокль»)
- С добрым утром, ушки! Вы проснулись?
- Проснулись! (прикладываем ладошки к ушкам)
- С добрым утром, ручки! Вы проснулись?
- Проснулись! (поглаживают кисти рук)
- С добрым утром, ножки! Вы проснулись?
- Проснулись! (притопывают ножками)
- С добрым утром, солнце! (дети раскрывают ладошки обеих рук «Солнышко»)
- Мы проснулись!

Ладушки

- Ладушки – ладушки!
Где были?
- У бабушки. (Хлопают в ладоши)
Испекла нам бабушка
Сладкие оладушки. («Пекут пирожки»)
Маслом поливала, (Гладят ладонью одной руки другую ладонь)
Деток угощала. (Протягивают ладони вперед)
Оле два, Диме два,
Даше два, Роме два.
Алене два, Тане два. (Сжимают пальчики одной руки по очереди)
Посмотрите, мы олени
Посмотрите, мы – олени. (Скрещенные, напряженные руки над головой)
Рвется ветер нам навстречу. (Махи кистями рук к лицу)
Ветер стих, расправим плечи, (Плавно опускать руки)
Руки снова на колени (Опустить руки на колени)

Этюд «Дождик»

Педагог: Набежали на небо тучки, спрятали солнышко, и вдруг начался дождик, забарабанил по листьям и траве. Как капли закапали? Вспомним все вместе стихотворение:

Капля раз, капля два,
Капли медленно сперва –
Кап, кап, кап, кап.

Дети сопровождают эти слова медленными хлопками.

Стали капли попевать,
Капля каплю подгонять –
Кап, кап, кап, кап.

Хлопки учащаются

Зонтик поскорей раскроем,

От дождя себя укроем.

Дети поднимают руки над головой

Мушка

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Мушка», сопровождая его движениями. Дети повторяют слова и движения.

1-4 строка стихотворения: исходное положение: стоя, спина ровная, руки на уровне плеч – отведены в стороны. Ходим по комнате, «летаем», активно произносим звук «ж-ж-ж»;

5-6 строка: исходное положение: сидя на ковре, спина ровная, пяточки под годичками, с опорой на пальчики. Фиксируем позу 10-15 сек. ;

10-я строка: исходное положение: стоя, спина ровная, руки на уровне плеч – отведены в стороны. Ходим по комнате, «летаем», активно произносим звук: «ж-ж-ж».

Веселая мушка,

Мохнатое брюшко.

По комнате летает,

Песню напевает:

- Ж-ж-ж

(«летаем» по комнате, произносим звук «ж-ж-ж»)

Устала!

Села на листок,

Подняла хоботок.

(садимся на коврик)

Кушать захотела,

На кухню полетела:

- Ж-ж-ж

(«летаем» по комнате, произносим звук «ж-ж-ж»)

Увидела сырок,

Съела кусок.

(садимся на коврик)

И опять полетела,

Песенку запела:

- Ж-ж-ж.

(«летаем» по комнате, произносим звук «ж-ж-ж»)

Кот и воробушки

Рекомендации к работе:

1. Взрослый поет песенку «Кот и воробушки», дети подпевают.

2. Предложите детям походить по комнате, как «котик», произнося «Мур-мур-мур» или «Муу-мяу-мяу» (весело, грустно, громко).

3. Предложите детям под веселое музыкальное сопровождение попрыгать, побегать, весело чирикавая, как «воробушки».

Продолжительность 1 минута.

Кот Тимофей на диване лежит,

Песенку котик тихо мурчит:

- Мур-мур-мур,

-Мур-мур-мур.

Кот Тимофей у окошка сидит,

На воробушек он мило глядит.

Песню свою для них он поет:

- Мур-мур-мур,

-Мур-мур-мур.

В гости к себе воробушек зовет.

А воробушки пропели в ответ,

Что не придут они в гости.

- Нет! Нет!

- Чик-чирик. Чик-чирик, чик-чирик.

Лягушки на зарядке

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Лягушки на зарядке», сопровождая его движениями. Дети повторяют движения и слова.

2. Исходное положение: стоя, спина ровная, ноги на ширине плеч. Используйте во время зарядки музыкальное сопровождение.

На краю лесной опушки Руки свободно опущены вдоль тела

В теплой маленькой избушке Руки над головой «домиком», фиксируем позу 3-5 сек.

Жили две смешных лягушки. Опускаем руки через стороны

Утром делали зарядку,

Поднимали кверху лапки. Поднимаем руки через стороны, фиксируем позу 3-5 сек.

Два наклона, приседанье, 2 наклона, 2-3 приседанья

Потянулись, Становимся на носочки – тянемся вверх, фиксируем позу 3-5 сек.

Повернулись.

И друг другу улыбнулись!

Чаепитие

Рекомендации к работе:

1. Проводим пальчиковую гимнастику. Взрослый рассказывает стихотворение «Чаепитие», сопровождая его движениями. Дети повторяют слова и движения.

2. Исходное положение: сидя на ковре, спина ровная, пяточки под ягодицами, с опорой на пальчики.

1-2-я строка стихотворения: растираем ладошки между собой до тепла, в течение 10-20 сек. Собираем кисти рук в кулачок, на каждую последующую строчку стихотворения, начиная с большого пальца, поднимаем пальчики вверх.

Черепашки, не сучая,

Пьют вторую чашку чая. Растираем ладошки между собой до тепла

С сушками, Поднимаем вверх большие пальцы правой/левой руки
Ватрушками, Поднимаем вверх указательные пальцы правой/левой руки
Крендельками и блинами, Поднимаем вверх средние пальцы правой/левой руки
А еще с вареньем. Поднимаем вверх безымянные пальцы правой/левой руки
И с вкусненьким печеньем. Поднимаем мизинцы правой/левой руки
Любят наши черепашки
Выпить чая по две чашки. Растираем ладошки между собой до тепла

Песенка лягушат

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Песенка лягушат», сопровождая его движениями. Дети повторяют движения и слова.

1-я строка стихотворения: исходное положение: сидя на ковре, спина ровная, ножки вытянуты перед собой, стучим ладошками рядом с собой, 30-40 сек.

2-я строка: растираем ушки круговыми движениями;

3-я строка: растираем ладошки до тепла;

4-я строка: гладим ножки от пальчиков к бедру;

5-10-я строка: произносим «ква-ква», с разным голосовым усилием (громко, спокойно, тихо).

Мы лягушки - попрыгушки, Стучим ладошками по полу

Глазки наши на макушке. Растираем ушки

Дружно песенки поем, Растираем ладошки до тепла

Петь совсем не устаем, Гладим ножки

Громко вам сейчас споем:

- Ква-ква. Произносим громко

А потом споем потише:

- Ква-ква. Произносим без голосового усилия, спокойно

Петь умеем тише мыши:

- Ква-ква. Произносим тихо

Тихий час для мышат

Рекомендации к работе:

1. Взрослый рассказывает стихотворение «Тихий час для мышат», сопровождая его движениями. Дети повторяют движения и слова.

1-2 строка стихотворения: исходное положение: стоя, спина ровная, руки на поясе, бег на месте 15-20 сек.

3-я строка: исходное положение: то же, шагаем в спокойном ритме, 15-20 сек.

4-я строка: сидя на ковре, плечи опущены, руки на коленях, глаза закрыты.

Потребуется музыкальное сопровождение «Шум дождя» или «Звуки леса», фиксируем 1-2 мин.

Мышки бегать подустали

(бег на месте)

И тихонько пропищали:

- В норку мы к себе пойдём,

(шагаем на месте)

- И немножко отдохнем (садимся на ковер, закрываем глаза).