Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение №27 «Центр развития ребенка - детский сад «Малыш»

**Программа по адаптации**

Реализации общеобразовательной программы-

образовательная программа дошкольного образования с детьми 2 – го года жизни

группа общеразвивающей направленности

срок реализации 3 месяца

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Коробицына Н.А |  | Разработчик:  Лоскутова Н.С. Коробицына Н.А |

Пояснительная записка.

Ребенок приходит в детский сад. Адаптация его к условиям детского сада протекает подчас очень болезненно. Происходит серьезная перестройка всех его представлений и отношений с окружающими людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена условий может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой активности, игровой активности и нередко сказывается на здоровье ребенка.

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. 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.

Детский сад – особое место, и особое не потому, что новое, а потому, что это целый пласт интересной, неповторимой жизни, который может оказать существенное влияние на все последующие годы ребёнка. Не случайно в воспоминаниях многих взрослых дошкольная пора помнится в мельчайших подробностях, а многочисленные отрезки взрослой жизни лишь изредка напоминают о себе.

Каким останется для ребёнка образ детского сала, во многим зависит от того, как проходило привыкание к нему. Адаптация к детскому саду сегодня является одной из волнующих проблем для родителей. Их очень часто беспокоит, как будет реагировать ребёнок на изменения в привычном течении жизни, понравится ли ему в детском саду, как быстро он к нему привыкнет. Переживания родителей вполне оправдательные, ведь для многих малышей это первый сильный стресс в их жизни.

Направленность программы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению по функциональному предназначению является специальной ; по форме организации - групповой; по времени реализации - на период адаптации. Программа разработана с учётом методических разработок таких авторов, как Белкина В. Н., Васильева М. А., Смирнова Е. О., Доронова Т. Н. и др.

К числу наиболее актуальных проблем относятся: разработка и внедрение форм и методов организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, создание единого благоприятного образовательно-воспитательного пространства ДОУ и семьи, повышение информационной культуры родителей, повышение профессиональной компетенции сотрудников ДОУ по вопросам адаптации детей этого возраста.

Адаптация социально-психологическая (Е. С. Кузьмин, В. Е. Семёнова) - это взаимодействие личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и группы. В ходе социально-психологической адаптации реализуются потребности, интересы и стремления личности, раскрывается и развивается её индивидуальность, личность входит в новое социальное окружение, становится полноправным членом коллектива, самоутверждается .

В Российской педагогической энциклопедии социальная адаптация определяется как приспособление человека к условиям новой социальной среды; один из социально-психологических механизмов социализации личности.

Актуальность проблемы обуславливается тем, что прежняя система взглядов на воспитание детей раннего возраста не соответствует современным представлениям о целях и задачах дошкольной педагогики. Переход от авторитарной системы воспитания к личностно-ориентированной модели требует разработки новых педагогических принципов, методов и технологий работы с детьми, составной частью которых являются разработки системы комплексной помощи сопровождения адаптации ребенка к дошкольному учреждению. Несомненная значимость данной проблемы послужила основанием для разработки и апробации программы по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Цель Программы: создание благоприятного воспитательно – образовательного пространства семьи и ДОУ в системе организации адаптации детей раннего возраста.

**Задачи программы адаптации:**

1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей, облегчения периода адаптации к условиям дошкольного учреждения.

2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей:

а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий ребенку физический и психический комфорт;

б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;

в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;

г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

3. Закладывать основы будущей личности:

а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;

б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;

в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу;

г) поддерживать у детей интерес к окружающей действительности;

д) пробуждать у детей эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности (природа, окружающие предметы, картины, иллюстрации, музыка).

**Условия реализации.**

Данный программа рассчитана на детей раннего возраста (2-3лет).

На каждом день ставятся задачи по эффективной адаптации ребёнка к детскому саду. Проводятся анкетирование родителей по адаптации ребёнка.

Особая роль отводится играм во время адаптации, беседам с детьми и их родителей, творческим заданиям, которые позволяют расположить ребёнка и их родителей к воспитателю.

Кроме этого, творческие задания предусматривают другие виды деятельности: рисование, художественный труд, различные игры.

При поступлении в дошкольное учреждение у малышей происходит ломка стереотипов: из знакомой домашней обстановки ребенок попадает в непривычную среду детского сада. Соблюдение режима дня, новые требования, постоянный контакт со сверстниками, совершенно другая обстановка, стиль общения - становятся для малыша источником стрессовых ситуаций. Возрастная незрелость системы адаптационных механизмов детей приводит к психическому напряжению, происходит нарушение в поведении, физиологических процессах, эмоциональном состоянии. Во время адаптации предлагаются рекомендации, буклеты для родителей в период адаптации ребёнка к детскому саду.

Таким образом, решающим в развитии личности малыша являются

социальные условия его жизни, т.е. общение, обучающие воздействия,

организация жизни в целом, влияние окружающей среды. При этом именно педагогические воздействия во многом определяют уровень развития ребенка. Нудно учитывать и общие закономерности развития детей этого возраста, и индивидуальные особенности каждого ребенка, что позволяет определить и «зону ближайшего развития».

**Три фазы адаптационного процесса.**

1. Острая фаза или период дезадаптации.

Она сопровождается разнообразными колебаниями в телесном и психическом состоянии ребенка, что приводит к снижению веса, частым заболеваниям, нарушением сна, снижением аппетита, ухудшению речи.

Длительность – около месяца.

2. Подострая фаза или собственно адаптация. Характеризуется адекватным поведением ребёнка, т.е. большинство отклонений, проявившиеся на предыдущей стадии, проходят. Наблюдается небольшое замедление темпа развития. Длительность – около пяти месяцев.

3. Фаза компенсации или период адаптированности. Характеризуется убыстрением темпа развития. Поведение нормализуется полностью.

Степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода.

1. Легкая адаптация: к 20-у дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребёнок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идёт на контакт. Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

2. Адаптация средней тяжести: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или снизился.

3. Тяжелая адаптация: характеризуется, во-первых, значительной длительностью (от двух до шести месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений. Исследования показали, что этот вид адаптации может протекать в двух вариантах, каждый из которых имеет свои признаки:

А) Поведенческие реакции нормализуются к 60-у дню пребывания в детском учреждении.

Нервно-психическое развитие отстаёт от исходного на 1-2 квартала.

Респираторные заболевания – более трёх раз сроком более 10-ти дней.

Ребёнок не растёт и не прибавляет в весе в течении 1-2 кварталов.

Б) Дети старше трех лет, частоболеющие, из семей с гиперопекой (чрезмерной заботой) со стороны взрослых, заласканные, занимающие центральное место в семье.

Поведенческие реакции нормализуются к 3-4-му месяцу пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие отстаёт от исходного на 2-3 квартала.

Замедляются рост и прибавка в весе.

Адаптация – это не только процесс привыкания ребёнка к дошкольному учреждению на первых порах, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни.

**Длительность периода адаптации зависит от многих причин:**

- от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребёнка;

- от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы (оставлялся ли с кем-то кроме матери, воспитывалась ли самостоятельность, умение справляться с собственными эмоциями и т.п.)

- от состояния здоровья;

- от резкого контакта между обстановкой, в которой ребёнок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении;

- от разницы в методах воспитания.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям.

Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приходит к нарушениям интеллектуального, физического развития ребёнка, возникновению отрицательных форм поведения.

Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями:

1. Упрямство.

Причины:

- перевозбуждение нервной системы ребёнка сильными впечатлениями, переутомлением, переживанием

- стремление к самостоятельности и независимости, не умелые попытки проявить свою волю

- своеобразная форма протеста против грубого и необоснованного подавления взрослыми его самостоятельности и инициативы.

2. Грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым.

Причины:

- отсутствие уважения взрослых к ребёнку

- реакция на несправедливое, грубое обвинение ребенка во лжи, лени, в неблаговидном поступке

- недостаточное развитие воли, неумение владеть собой

- утомление от однообразной деятельности.

3. Лживость (причины):

- болезнь, страх наказания;

- желание привлечь к себе внимание, хвастливость.

4. Лень (причины):

- неразумная воспитательная тактика родителей стремление уберечь ребёнка от лишнего трудового усилия. (Бывает также, что у родителей нет терпения подождать, пока ребенок выполнит их просьбу, и они всё делают за него).

- родители не поощряют усилия и старания ребёнка, а только критикуют его недостатки.

**Модель организации адаптационного периода через режимные моменты**

|  |  |
| --- | --- |
| **Утро** | **Утренний прием** |
|  | Зарядка |
|  | Игры с элементами фольклора |
|  | Развивающие игры |
|  | Формирование культурно-гигиенических навыков |
|  | Завтрак |
|  | Игры-занятия, игры-упражнения в группе |
|  | Игровые ситуации, общение |
|  | Подготовка к прогулке |
| **Прогулка** | Игры с элементами фольклора |
|  | Игры: сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные |
|  | Игры с водой и песком |
|  | Наблюдения, развлечения, беседы |
|  | Опыты и эксперименты |
|  | Закаливание: воздушные, солнечные ванны |
|  | Формирование культурно-гигиенических навыков |
| **После сна** | Разминка после сна, закаливающие процедуры |
|  | Полдник |
|  | элементы театрализованной деятельности |
|  | Художественно-творческая деятельность |
|  | Игры-драматизации, игры-инсценировки |
|  | Прогулка |
| **Вечер** | Формирование культурно-гигиенических навыков |
|  | Игры- драматизации, игры-инсценировки |
|  | Элементы театрализованной деятельности |
|  | Общение детей |
|  | Уход домой |

**Гибкий план воспитательно – образовательной работы в период адаптации.**

**«Мы знакомимся»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|  | «Праздник  знакомства» | «Жили были сто ребят, все ходили в детский сад» | «Мой друг, кто ты» | «В стране забавных игрушек» | «Я гуляю, посмотри» |
| Игры с воспитателем | Давайте  знакомимся | «Я иду к вам в гости с подарками» | «Приходите ко мне в гости, я буду угощать» | «Поездка на машине в магазин игрушек» | «Шли – шли, что нашли» |
| П\Игры | Карусели | «Пузырь» | «Зайчик серенький сидит» | «Соберём мячи в корзину» | «Солнышко и дождик» |
| Пальчиковые игры | Пальчики здороваются | «Сидит белка на тележке» | «Это пальчик дедушка» | «Сорока, сорока, кашку варила» | «Один, два, три, четыре, пять! Вышли пальчики гулять» |
| Фольклор,  Художественная литература | Потешка для новичков: «Кто из нас хороший» | Потешка: «Водичка, водичка умой моё личико» | «Чтение потешки «Ладушки, ладошки» | ЧХЛ  А.Барто  «Уронили Мишку на пол» | «Потешка во время прогулки: «Солнышко» |
| Общение | Ситуация: «Домик для мое одежды» | «Научим Хрюшу умываться» | «Кукла Катя и её друзья – собачка, кошечка, уточка, петушек. Кукла Катя угощает друзей» | «Покажем Мишке уголок природы» | Ситуация: «Игрушки, которые живут в нашей группе» |

**«Мы привыкаем»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| «Как прекрасен этот мир – посмотри!» | «В гостях Леопольда» | «Праздник мыльных пузырей» | «Город мастеров» | «Как много интересного вокруг» |
| Игры с воспитателем | «Кому это нужно» | «День рождения Леопольда» | «Игры с воздушными шарами» | «Сложи листики» | «Поймай солнечных зайчиков» |
| П\Игры | «Пузырь» | «Карусель» | «Догонялки» | «Мы топаем ногами» | «Курочка и цыплята» |
| Пальчиковые игры | Где же наши ручки» | «Кошка мышка» | «Шарик» | «Домик» | «Лодка» |
| Фольклор,  Художественная литература | Потешка: «Тень – тень, потетень» | Рассказывание «Сказка о глупом мышонке» | ЧХЛ  С. Маршака «Мыльные пузыри» | ЧХЛ  Е.Благининой  «Новая одежда» | Рассказывание сказки «Курочка Рябы» |
| Общение | Рассматривание картины  «Дети играют в кубики» | Покажем коту Леопольду аквариум с рыбками» | Ситуация: «В какие игры можно играть в группе» | Ситуация: «Чудо – вещи вокруг нас» | Беседа по сказке «Курочка Ряба» |
| Конструктивная деятельность | Сооружение загородки из кирпичиков | Дорожка для кота Леопольда. | «Построй дорожки» | «Башенки из кубиков» | Знакомство со строительными материалами |
| Сенсорное воспитание | Выкладывание цветной мазаики «Курочка и цыплята» | Башня из кубиков для кота Леопольда | «Цветные фоны» | Д\Игра  «Найди такой же» | Д\Игра «Спрячь мышку» |

**«Мы осваиваемся»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| «В гостях три поросёнка» | «Волшебный сон на облаках» | «Друзья детства» | «Кто, кто в теремочке живет» | «В мире музыке и красоты» |
| Игры с воспитателем | «Превращение в зверушек» | «Чудесный мешочек» | «Изобрази героя» | «Угадай героя» | «Надень и попляши» |
| П\игры | «Мотыльки» | «Пчелки» | «Котята» | «У медведя во бору» | «Гуси» |
| Пальчиковые игры | «Стул» «Стол» | «Птенчик в гнезде» «Встали пальчики» | «Погладим котёнка» | «Домик» | «Зайка и барабан» |
| Д\игры | «Узнай и назови» | Д\Игра «Поручение» | Д\игра «Комната для кукол» | «Потерялись» | «Дай, что звучит» |
| Фольклор, чтение художественной литературы | Потешка: «Водичка, водичка» | Чтение песенки: «Вот и люди спят» | Сказка «Почему плакал котёнок» | Рассказывание сказки «Теремок» | Чтение песенки и потешки: «Баю, баю за рекой» |
| Общение | Ситуация:  «Как дети полюбили ходить в детский сад» | «Давай те никогда не ссориться» | Беседа: «Забыла девочка котенка покормить, не мог он вспомнить, как покушать попросить» | Беседа: «Стоит в поле теремок» | Назовём картинки в любимой книжке |
| Игры, занятия | «Мы встречаем гостей» | «Уложим куколку спать» | «Напоим котенка молочком, котёнок наелся молока, стал довольным и весёлым он тогда» | «Ох, красивый теремок! Очень, очень он высок» | «Чаепитие» |

**«Детский сад – наш родной дом»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| «От улыбки станет всем светлей» | «Без друзей нам не прожить ни за что на свете» | «Праздник воды» | «Вместе дело спориться» | «День смеха» |
| Игры с воспитателем | «Бегите ко мне» | «Назови друга ласково» | «Ловись рыбка» | «Найди, что покажу» | «Шли, шли что – то нашли» |
| П\игры | «Самолёты» | «Песик Барбосик» | «Поезд» | «Птички летают» | «Куры и петух» |
| Пальчиковые игры | «Здравствуй солнце золотое» | «За работу» | «Утята» | «На работу» | «Воздушные щелчки» |
| Д\игры | «Кто что делает» | «Поручения» | «Какой?» | «Узнай и назови овощи» | «Узнай и назови овощи» с усложнением |
| Фольклор, чтение художественной литературы | Потешка: «Ладушки, ладушки» | Рассказывание сказки «Как собака друга искала» | Потешка «Кран, откройся, нос, умойся» | Рассказывание сказки «Репка» | Потешка:  «Чики, чики, чикалочки» |
| Общение | «Научим куклу играть с пальчиками» | «Что умеют делать руки взрослых в детском саду» | Рассматривание картины «Игры с водой» | Ситуация: «Дети играют с водой» | «Почему ослик загрустил? Развеселим его» |
| Игры занятия | Устроим кукле комнату. | Домик пчелки | купание куклы Кати. | Оденем куклу на прогулку. | Научим куклу Катю раздеваться |
| Элементы театрализованной деятельности |  | Драматизация сказки «Как собака друга искала» |  |  | Исценирование потешки  «Курочка Ряба» |
| Развитие  речи | Звук (у)  «Позови паровоз» | Угадай, что звучит» |  | Звук (0)  «Ослик» |  |
| Физическое  развитие | «По длинной  Извилистой дорожке» | «Кто тише» | Игра «Зеркало» | «Перешагни через палку» | «По камушкам, через ручеек» |
| Конструктивная деятельность | Стол и стул | Диванчик | Диван  большой | «Домик из кирпичиков» | Постройка по замыслу |

**Приложения**

Приложение №1

**Основные формы работы детского сада с семьей в период адаптации.**

1.Родительские собрания.

2.Анкетирование.

3.Беседы.

4.Посещения на дому.

5.Выставки.

6.Папки-передвижки.

7.Алгоритмы "Я одеваюсь, "Учимся складывать вещи", " Я умываюсь".

8.Присутствие родителей во время адаптационного периода в группе.

9.Консультации.

10.Клуб «Молодой семьи».

Приложение№2

**Консультации для родителей.**

Адаптация - это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке. А для ребенка детский сад, несомненно, является новым, неизведанным пространством, где он встречает много незнакомых людей и ему приходится приспосабливаться.

Как протекает адаптационный период? Для начала нужно отметить, что каждый ребенок индивидуально проживает этот нелегкий период. Одни привыкают быстро – за 2 недели, другие дети дольше – 2 месяца, некоторые не могут привыкнуть в течение года.

**На то, как будет протекать, процесс адаптации влияют следующие факторы:**

1.​ Возраст;

2.​ Состояние здоровья;

3.​ Уровень развития навыков самообслуживания;

4.​ Умение общаться с взрослыми и сверстниками;

5.​ Сформированность предметной и игровой деятельности;

6.​ Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

**С какими трудностями приходится сталкиваться малышу?**

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

Во-вторых, дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

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

В-четвертых, дома к ребенку не предъявляют требований к самостоятельности: мама может и с ложечки покормить, оденет и игрушки уберет на место. Придя в детский сад, ребенок сталкивается с необходимостью делать некоторые вещи самостоятельно: одеваться, есть ложкой, проситься и ходить на горшок и т.д. Если у ребенка не развиты культурно-гигиенические навыки, то привыкание идет болезненно, поскольку его потребность в постоянной опеке взрослого не будет удовлетворена полностью.

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

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка:

- Тревога, связанная со сменой обстановки.

- Режим. Ребенку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы. В детском саду приучают к определенной дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна.

- Психологическая неготовность ребенка к детскому саду. Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития.

- Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду.

Приложение №3

**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 неэффективно. Дети этого возраста пока не умеют держать слово. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

- 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 может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не прой​дет вообще.

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

**Способы уменьшить стресс ребенка.**

-​ необходимо заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прием пищи), соответствующий режиму ДОУ.

-​ в первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше 2-х часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2-3 недель, учитывая желание малыша, можно оставлять на целый день.

- каждый день необходимо спрашивать у ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как именно родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к ДОУ.

-​ Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера договориться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

-​ В выходные дни придерживаться режима дня, принятого в ДОУ.

-​ Желательно дать ребенку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад. Все это время надо рассказывать о садике, о том, как много интересного его ждет там.

**Отдавая ребенка в ДОУ, родители могут столкнуться с трудностями:**

-​ в первую очередь, это неготовность родителей к негативной реакции ребенка на ДОУ. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашается идти в детский сад. Плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

- частой ошибкой родителей является обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации.

-​ ребенок может привыкать к садику 2-3 месяца.

-​ сами родители должны психологически быть готовы к посещению ребенком ДОУ. Спокойно относится к шишкам и синякам.

**Рекомендуется**:

- как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

- когда ребенок начинает весело говорить о садике, пересказывать события случившиеся за день - верный знак того, что он освоился.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к ДОУ – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддержать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Приложение №4

**Перспективный план работы с родителями на адаптационный период.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Август | Сентябрь | Октябрь |
| «Познай себя как родитель» | «Здоровый ребёнок» | «Общение родителей и детей» |
| «Адаптация детей в 1мл. группе» к условиям ДОУ | «Профилактика простудных заболеваний» | «Игры и развлечения» |
| Как помочь родителям в период адаптации детей в ДОУ | «Система оздоровления» | «Домашние игры» |
| Значение требования к одежде ребёнка | «Закаливание в семье» | Как организовать игровой уголок дома» |
| «Гигиена требования к одежде» | Нетрадиционные формы оздоровления: точечный массаж; чесночный настой; заливание чая из лечебных трав | «Какие игрушки покупать малышу» |
| Анкетирование | «Питание – залог здоровья» | «Организация прогулок с детьми» |
| Тест «Я и мой ребенок» | «Любовь к книге» |

Приложение №5

**Рекомендации родителям: «Адаптационный период в детском саду».**

- Желательно обучить ребенка до начала посещения детского сада элементарным навыкам самообслуживания: пользоваться горшком, самостоятельно есть и т.п.

- Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми.

- Посещайте с ним детские площадки, праздники, дни рождения детей и

друзей, приучайте к играм со сверстниками.

- Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. Заранее приведите его

в группу, что бы он познакомился с воспитателями, погулял вместе с детьми. - В первое время оставляйте ребенка в саду на 1-2 часа, согласуя с воспитателями, увеличивайте этот интервал в течение 1-2 недель. Далее, если нет никаких осложнений, можно перейти на обычный режим. Однако не затягивайте процесс адаптации, иначе ребенок привыкнет к своему особому положению.

- Создавайте положительный образ детского сада.

- Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что понадобится в

группе (запасную одежду, сменную обувь, спортивную форму и т.д.)

- Дайте ребенку в сад его любимую игрушку, вызывающую у него

теплые чувства. Пусть игрушка «ходит в сад» вместе с ним ежедневно

и знакомится там с другими детьми, игрушками.

Общайтесь с воспитателями, спрашивайте о состоянии и самочувствии своего ребёнка, о том, как он ведет себя среди сверстников. Не забудьте предупредить, если у него есть какие-то привычки или непереносимость отдельных продуктов, аллергия. Проявляйте доброжелательный интерес к его учебным занятиям и успехам. Одна из самых распространенных проблем – утренний плач ребенка при расставании с родителями. Важно не поддаваться на провокации со стороны малыша и дать ему понять, что как бы там ни было, а ходить в сад ему придется. Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете. Сократите «сцену прощания». Как правило, уже через

несколько минут после исчезновения родителей ребенок успокаивается. И, конечно, не забудьте похвалить его в те дни, когда ваше расставание будет проходить спокойно.

Период адаптации к саду проходит не только дети, но и родители. Самое главное – это быть спокойным, не нервничать, не испытывать чувство вины, ибо ребенок это все чувствует и ему еще трудно с вами расставаться. Имейте в виду, что проблемы адаптации ребенка в саду

могут возобновиться после праздников, каникул, выходных. В этом

случае, необходимо проявлять гибкость, можно вновь сократить время

пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени

по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине

недели!

Приложение №6

**Беседа «Знакомство родителей с условиями жизни детей в детском саду».**

Детский сад-особое место, и особое не потому, что новое, а потому что

это целый пласт интересной, неповторимой жизни, который может оказать существенное влияние на все последующие годы ребенка. Не случайно в воспоминаниях многих взрослых дошкольная пора помнится в мельчайших подробностях, а многочисленные отрезки взрослой жизни лишь изредка напоминают о себе.

Каким останется для ребенка образ детского сада, во многом зависит от того, как проходило привыкание к нему. Адаптация к детскому саду сегодня является одной из волнующих проблем для родителей. Их очень беспокоит, как будет реагировать ребенок на изменения в привычном течении жизни, понравится ли ему в детском саду, как быстро он к нему привыкнет. Переживания родителей вполне оправданы, ведь для многих малышей это первый сильный стресс в их жизни.

К сожалению, процесс привыкания к детскому саду зачастую протекает

сложно и болезненно, особенности режима дня группы, которую будет

посещать ребенок, и в соответствии с этим постепенно перестроить

домашний режим.

Для всех дошкольных учреждений режим практически одинаков. Обычно с 8.30 до 9.00 дети завтракают, с 9.00 до 10.30 с ними проводятся занятия, затем до 11.30 прогулка, около 12 часов обед, с 12.30-13.00 до 15.00-15.30 сон. После пробуждения детей ждет полдник, затем они опять выходят на прогулку (в теплое время года) или играют в группе.

Стоит ли маме находиться рядом с ребенком в детском саду в начальный период адаптации? Одни специалисты отрицательно относятся к этому, считая, что такая ситуация только затягивает неизбежное расставание, к тому же другие дети плохо реагируют на чужую маму и задаются вопросом "Почему нет моей?". По мнению этих специалистов, будет лучше, если с первого дня ребенок останется в группе без мамы, а опытные воспитатели возьмут заботу о нем в свои руки.

Представители другого подхода утверждают, что полноценное привыкание к детскому саду будет эффективным, если ребенка поддерживает мама. Это снимает напряжение, которое у него возникает и предает ему уверенность.

Мы придерживаемся позиции совмещения этих двух подходов, полагая, что самые первые дни мама должна быть рядом с ребенком, но это «рядом» не надо понимать буквально. Например, когда мама приходит с малышом первый раз на прогулку, не обязательно повсюду следовать за ним. Если ребенок спокойно играет и о маме не вспоминает, ей можно отлучиться на некоторое время или понаблюдать за его поведением со стороны. Не нужно переживать, если в первые дни привыкания к детскому саду ребенок плачет, то естественно в период адаптации, ведь у него настоящее горе: он расстается самым дорогим человеком-мамой. Малыш еще не знает, что мама обязательно придет, еще не может понять, что с ним происходит, и таким образом реагирует на ситуацию. Плач-помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться.

В идеале привыкание к детскому саду должно быть постепенным: около двух недель надо приводить ребенка на прогулку, примерно столько же дней приходит с утра и оставаться с малышом до обеда, а затем в течение недели-двух забирать его после сна. Однако, такой график редко кому удается выдержать.

Очень важно, чтобы у родителей хотя бы в первые дни была возможность оставлять ребенка в детском саду на 2-2,5 часа (например, привели в то время, когда начинается прогулка и оставили до обеда). Чаще всего уже после нескольких прогулок, воспитатель предлагает попробовать приводить малыша с утра.

Приложение №7

**Модель организации адаптационного периода для детей 3 – го года жизни.**

использование игрушек-забав, игрушек-сюрпризов

учет домашних привычек

Использование колыбельных при укладывании детей спать.

Уголок

«Здравствуй я пришёл»

Уголок

«Позвони маме»

Элементы закаливающих мероприятий.

Игры с воспитателем.

Уголок

«Уединения»

Уголок

«Маша растеряша»

Уголок «Моя семья»

Создание ПРС

(использование нетрадиционных форм)

элементы театрализованной деятельности

Побуждение ребенка к общению со сверстниками

Игры-занятия, игры-упражнения, игры-инсценировки.

Создание условий для общения со знакомыми вещами и игрушками

индивидуальный подход к ребенку

Гибкий режим

Контроль за физическим состоянием ребенка

Учет и использование в период адаптации привычек и стереотипов поведения ребенка

использование фольклора

ситуации, общение

приучение к объединению в игре с другим ребенком

игры ребенка рядом со сверстниками

Организация адаптационного периода