

**Методические разработки для быстрой адаптации дошкольников к  
детскому саду**

**Сказки для адаптации**

**Почему слоненок не хочет идти в детский сад?**



*Однажды вечером мама зашла в комнату к слоненку. Она хотела поцеловать его перед сном. Слоненок очень грустный сидел на кровати.*

*— От чего ты такой грустный?*

*— Я грустный потому, что мне не хочется идти завтра в садик.*

*— Не хочется?*

*— Да, не хочется. Бельчата и ежата играют вместе, а меня с собой не зовут.*

*— Играют вместе?*

*— Да, им интересно вместе, а со мной нет.*



*— Слоненок вытер глазки. Кажется, он начинал плакать.*

*— Они давно друг друга знают, а я только что пришел...*

*— Слоненок, мой любимый, — мама посадила сына на колени, — а тебе хотелось бы играть с ними вместе?*

*— Да, только они...*

*— Друг мой, так они ведь не знают, как с тобой интересно играть! Они когда-нибудь с тобой играли?*

*— Нет еще.*

*— Значит, точно они не знают!*

*— А я разве интересный? Интересный — это какой?*

*— Слоненок уже совсем не плакал. Рядом с мамой было очень уютно, садик казался совсем не страшным.*



— Интересный — тот, с кем интересно, с кем хочется играть, кто знает много игр или умеет их придумывать.

— Так я не умею придумывать.

— Слоненок снова приуныл.

— Хочешь, мы придумаем что-нибудь вместе? Потренируемся?

Во что тебе самому нравится играть? — спросила мама. На секунду слоненок задумался, улыбнулся и сказал:

— Я люблю играть в стройку!

— Это как? Расскажи, — поинтересовалась мама.

— Я придумываю домик, нагружаю машину кубиками и везу их к домику, чтобы строить.

— Здорово, сынок! Смотри, кто -то придумывает домик — он архитектор; кто-то возит кубики — он шофер; кто-то строит — он строитель. Одному в такую игру играть сложно, нужны помощники. Точно?

— Да, мы с бельчонком и ежонком построим целый город! Мама, ты придешь посмотреть на наш город?

— Конечно, мой дорогой, когда я вечером приду за тобой, ты мне обязательно покажешь ваш город. Я буду очень рада посмотреть.

— Мама нежно улыбнулась своему слоненку.

— А теперь уже пора отдыхать. Сынок, на бочок и молчок! Мама укрыла одеялом своего слоненка, поцеловала его и пожелала спокойной ночи.

Автор Анна Бердникова



## Сказка про Грустинку

(для мальчиков заменяем на мужское имя)

Жила-была девочка Маша.



Сначала она была совсем малышкой, а потом росла-росла и подросла. Да так подросла,

что можно теперь ей было в садик идти с ребятами играть.



Мама и папа так обрадовались, что Маша большая. Устроили праздник. Мама торт

испекла, и Маша даже сама свечки задувала.



На следующий день Машуля в первый раз в садик пошла, и так ей там понравилось, что даже уходить не хотела. Играла с игрушками, кушала кашу-вкусняшу. А еще у неё там

дружок появился — Семён, такой весёлый мальчишка с кудряшками.




Целыми днями они вместе играли. Семён садился на одном конце комнаты и толкал Маше

большой грузовик.




Маша ловила его, нагружала в кузов кубики и отправляла к Семёну, а он строил большую башню. Весело им было вместе. Даже засыпать было нескучно, потому что кровати стояли рядышком, и они вместе закрывали глазки и спали.

И вот в один осенний дождливый день, когда листья стали совсем жёлтыми, ветер принёс

в детский садик Грустинку. 

Она была такая маленькая, серенькая, как микробик, влетела в форточку и спряталась в кармашек к Маше.

И тут Машу как подменили. Стало ей грустно, она почему-то расстроилась, маму потеряла и давай плакать. Все ребятки и воспитательница её успокаивали, успокаивали...

А слёзки сами собой всё равно капают, так кап-кап-кап... 

И всё Маша знает, что мама скоро придёт, просто ходит на работу, потом купит вкусный йогурт и прибежит за Машей. Знает это Маша, а всё равно почему-то грустно — хочется, чтобы мама прямо сейчас пришла...


А это всё грустная Грустинка сидит в кармашке и Машу расстраивает, плакать заставляет.

Семён Машу пытался развеселить: и в каравай предлагал поиграть, куклу ей в коляске прикатил — а Маша всё равно грустная. И тут Семён увидел, что у Машули глазки совсем мокрые.

И решил ей помочь:


— Дай, — говорит, — я твой платочек достану, и слёзки вытрем, не плачь!

Вытащил Сёма Машин платочек, вместе с ним Грустинка из кармашка и вытряхнулась, и

опять в форточку улетела. 

А Маша тут же улыбнулась, а потом засмеялась и стала снова весёлая. А Сёма и другие ребятки, конечно, очень обрадовались, что Грустинка совсем улетела, и все вместе побежали играть.

С тех пор Маша всегда свой кармашек проверяет, не застряла ли там Грустинка и никогда

в садике больше не грустит. 

Автор сказки Катерина Гаврилова

Секреты



Грусть - важная эмоция, и дольше всех проживается ребёнком при адаптации в детском саду.



Грустинку в кармашке можно поискать еще утром, перед тем, как заходить в группу. А затем её вытряхнуть и пожелать ребёнку хорошего настроения!



Если сказку рассказываете мальчику, имя можно изменить на мужское

### **Котёнок Кузька идёт в детский сад**

Жил-был котёнок Кузька. Он был серенький, только ушки у него были беленькие. И была у Кузьки мама, большая полосатая кошка Мурка.

Как-то раз мама сказала Кузьке:

— Завтра ты в первый раз пойдёшь в детский сад для котят.

— Детский сад?! А что это такое? – немного испугавшись, спросил котёнок.

— Детский сад – это такое место, где все котята вместе играют, кушают и спят, — улыбнулась мама-кошка.

— Мамочка, а мой друг Дружок тоже там будет?

— Нет, Кузька. Дружок будет ходить в детский сад для щенков. А по вечерам и в выходные вы будите встречаться и рассказывать друг другу, как вы хорошо провели время в садике, что нового узнали, в какие игры играли, — объяснила мама Кузьке.

— Мамочка, мне грустно будет без Дружка. А ты со мной будешь? – спросил малыш-котёнок.

— Нет, любимый мой, я тебя отведу в садик, а затем уйду домой. Ты там будешь играть с другими котятами и воспитательницами, пить молочко, спать. Не заметишь, как время пролетит, и я приду за тобой.

Кузька внимательно выслушал маму, всё понял, но всё равно, ему не очень хотелось идти в садик. Он не мог представить себе, что столько времени будет один, без мамы. Тем более, что Дружка там с ним не будет. Котёнок долго не мог заснуть, ворочался в кровати и думал, думал про детский сад.

— Кузенька, просыпайся, вставай, пей молочко, чисть зубки, и идём в садик! – услышал котёнок с утра мамин голос. Встать с постели совсем не хотелось, но и маму расстраивать не хотелось.

На самом деле, Кузька надеялся, что мама Мурка передумает и, вместо того, чтобы идти в этот самый детский сад, они вместе пойдут на прогулку. По дороге котёнок молчал, а мама рассказывала ему о том, что он найдёт в садике новых друзей.

— Мамочка, но ведь у меня уже есть Дружок! Зачем мне другие друзья?! – сказал он кошке.

— Так ведь это совсем не плохо – иметь много друзей! Это ведь не значит, что ты Дружка забудешь! – рассмеялась мама.

В этот момент они подошли к детскому саду. Навстречу им вышла пушистая серая кошка.

— Я твоя воспитательница, а зовут меня Пушинка, — произнесла она. – А вон там другие котята, с которыми ты сможешь играть в разные игры.

— Привет, я Мурзик! Пошли играть в догонялки! – один чёрненький котёнок подбежал к Кузьке и потянул его за собой.

Мама Мурка помахала своему сыночку на прощание и вышла. Кузьке стало немного грустно, но Мурзик торопил его начать игру. Сначала они поиграли в догонялки, затем в прятки и в мячик, потом тётя Пушинка прочитала им сказку «Кто сказал мяу», затем они выпили молочко и легли отдыхать. После сна игры продолжились. Кузька познакомился с другими котятами, было так интересно и весело, что он не заметил, как пришло время, чтобы идти домой.

— Мама, это было так здорово! – сказал он своей маме по дороге домой. – Как мне хочется всё-всё рассказать Дружку!

— Я думаю, что и ему есть чем с тобой поделиться, — ответила Кузькина мама.

Действительно, Дружок уже ждал котёнка около дома, чтобы рассказать о своём дне, а также поиграть со своим лучшим другом. Они играли до самого вечера, но постарались пораньше лечь спать, чтобы не проспать и не опоздать в садик.

На следующее утро Кузька встал раньше мамы и помчался пить молоко и чистить зубы. Он знал, что его ждёт ещё один замечательный день в детском саду.

*(Автор сказки Мария Шкурина)*

## **Готовность ребенка к поступлению в детский сад**

### **Тест 1**

1. Какое настроение преобладает у ребенка? (подчеркнуть)

- а) бодрое, уравновешенное - 3 балла
- б) раздражительное неустойчивое - 2
- в) подавленное - 1

2. Как ваш ребенок засыпает?

- а) быстро (до 10 мин) - 3
- б) медленно - 2
- в) спокойно - 3
- г) беспокойно - 2

3. Что вы делаете, чтобы ребенок заснул?

- а) дополнительное воздействие (какое) - 1
- б) без воздействия - 3

4. Какова продолжительность сна ребенка?

- а) 2 часа - 3
- б) менее 1 часа - 1

5. Какой аппетит у Вашего ребенка?

- а) хороший - 4
- б) избирательный - 3
- в) неустойчивый - 2
- г) плохой - 1

6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?

- а) положительно - 3
- б) отрицательно - 1
- в) просится на горшок - 3
- г) не просится и ходит мокрый - 1

7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?

- а) сосет пустышку или сосет палец, раскачивается (указать др.) - 1
- б) нет отрицательных привычек - 3

8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?

- а) да - 3
- б) нет - 1
- в) иногда - 2

9. Проявляет ли интерес к действиям взрослых?

- а) да - 3
- б) нет - 1
- в) иногда - 2

10. Как Ваш ребенок играет?

- а) умеет играть самостоятельно - 3
- б) не всегда - 2
- в) не играет сам - 1

11. Взаимоотношения со взрослыми:

- а) легко идет на контакт - 3
- б) избирательно - 2
- в) трудно - 1

12. Взаимоотношения с детьми:

- а) легко идет на контакт - 3
- б) избирательно - 2
- в) трудно - 1

13. Отношения к занятиям: внимателен, активен, усидчив.

- а) да - 3

б) нет-1

в) не всегда-2

14. Есть ли у ребенка уверенность в себе?

а) есть -3

б) не всегда - 2

в) нет-1

15. Есть ли опыт разлуки с близкими?

а) перенес разлуку легко -3

б) тяжело-1

16. Есть ли эффективная привязанность к кому-либо из взрослых?

а) есть-1

б) нет-3

Обработка результатов:

50-40 баллов -готовность к детскому саду;

39-24-условно готов;

23-16-не готов.

## Тест 2

За каждый положительный ответ ставьте 1 балл, за отрицательный — 0 баллов.

1. Ребенок нервный, легко возбудим, быстро устает.
2. Ребенок очень привязан к маме (или другому ухаживающему за ним человеку), постоянно ходит за ней.
3. Отправляясь в гости, вы нередко берете с собой специальную еду для ребенка, так как он ест далеко не все.
4. Иногда во время прогулок вам приходится уводить ребенка из коллектива детей, так как его обижают.
5. Ребенок имеет стойкие страхи (например, страх темноты).
6. Вы сами не представляете, как расстанетесь с ребенком на целый день.
7. Ребенок очень впечатлителен, может плакать, когда вы читаете ему жалостливую книгу, или когда он смотрит грустный мультфильм.
8. У ребенка слабое здоровье, он часто простужается, у него сильная аллергия (пищевая, бытовая или др.)
9. Ребенок страдает энурезом.
10. У вас в семье недавно родился еще один ребенок.

Просуммируйте набранные баллы:

0-6 Ваш ребенок вполне готов к саду. Вы можете со спокойной душой отдать его на попечение воспитателей, у него не будет существенных проблем с адаптацией.

8-12 Нельзя сказать, что ребенок готов к детскому саду. У него могут возникнуть проблемы с коллективом, и он будет плакать

## Консультация для родителей

**Тема:** «В детский сад без слез или как уберечь ребенка от стресса!»

**Цель-результат:** помочь родителям пройти вместе с ребенком период адаптации к детскому саду

### *Краткое содержание*

**Адаптационный период** - серьезное испытание для детей раннего возраста. Вызванные адаптацией **стрессовые** реакции надолго нарушают эмоциональное состояние малыша.

Радостные ожидания от первых посещений сада сменяются озабоченностью: у **ребенка** регресс во всем достигнутом (*в речи, навыках, умении, игре*). Может быть заболел? У него и в самом деле насморк, а вчера была температура. Ему не мил **детский сад**, малыш почти не узнаваем, словно его «*подменили*». «*Подменили*» не малыша, а жизнь и обстоятельства, что неизбежно. Организм и душа **ребенка** – в состоянии между здоровьем и болезнью: вскоре **МАЛЫШ**, в самом деле, заболевает, если выраженность **стресса велика**, или снова становится самим собой, в случае легкой адаптации.

### Чем спровоцирован стресс у ребенка?

Ни сколько отрывом от родных, близких ему людей, сколько от несовершенства адаптационных механизмов **ребенка**. Ведь, чтобы продержаться в незнакомой обстановке, малышу необходимо вести себя в **детском саду не так**, как дома. **Ребенок** не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что сделает что-нибудь не так.

### Утром просыпаемся, в садик собираемся!

-Заведите будильник с таким расчетом, чтобы утром было достаточно времени на все сборы и приготовления. Заранее продумайте, какой дорогой вы будете ходить или ездить в садик, сколько времени она занимает, и когда надо выходить из дома.

- Запомните, или запишите все вопросы, которые хотите задать воспитателю.

-Адаптация детей может длиться одну-две недели, в зависимости от психики и характера **ребенка**. Полная адаптация наступает где-то через 2-3 месяца.

-**Стресс** у малыша может выплескиваться в виде капризов, агрессии, мокрых штанишек, отказа от еды и сна, мнимой «*потери*» приобретенных навыков.

### Что поможет помочь малышу справиться с боязнью новой обстановки и с разлукой с родными?

-Дайте с собой малышу его любимую игрушку. Пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с друзьями. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в **детском саду**, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкнуть к садику».

-Если **ребенок** по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение, а



похвалите. Скажите: «Какой ты молодец, а я на твоём месте, наверно бы плакала, а ты смелый, знаешь, что в садике...» и т. д). Это тот случай, когда полезно заговорить **ребенка**. А главное, это придает **ребенку уверенность**, ведь сильный человек, даже если речь идет о малыше, справится с трудностями.

-Когда вы уходите – расставайтесь с **ребенком легко и быстро**. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему **ребенку в детском саду**, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у **ребенка вызовут тревогу**, что здесь с ним может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения. В семье в этот период необходимо создавать спокойный и бесконфликтный климат для вашего **ребенка**. Щадите его ослабленную нервную систему! Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в гости, сократить время просмотра телевизора. Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома режим, приближенный к режиму **детского сада**.

-Если **ребенок стал агрессивным**, раздражительным, не ругайте его. Постарайтесь проводить с **ребенком больше времени**, чаще обнимайте и целуйте его. Главное помните, что это тот же самый любимый, самый дорогой ваш малыш!

Адаптационный период делится на несколько этапов. Он начинается за один-два месяца до поступления ребенка в детский сад:

1. Максимально приблизьте домашний режим к режиму **детского сада**.
2. Научите контактировать со сверстниками.
3. Познакомьте ребенка с воспитателями.
4. Измените домашнее меню.
5. Научите ребёнка есть ложкой и пить из кружки.
6. Научите ребенка самостоятельно выполнять гигиенические процедуры.

#### ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПО СОПРОВОЖДЕНИЮ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

- ◆ КАК ВЕСТИ СЕБЯ С РЕБЕНКОМ
- ◆ Показать ребенку его новый статус (он стал большим);
- ◆ НЕ оставлять его в детском саду;
- ◆ Не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;
- ◆ Обратить внимание на положительный климат в семье;
- ◆ Следует снизить нервно-психическую нагрузку;
- ◆ Сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребенка, специфике режимных моментов и т.д.

#### КАК НАДО ВЕСТИ СЕБЯ С РЕБЕНКОМ

- ◆ Отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- ◆ Не обращать внимание на видимые отклонения в поведении ребенка;
- ◆ Препятствовать контактам с другими детьми;
- ◆ Увеличивать нагрузку на нервную систему;
- ◆ Одевать ребенка по сезону;
- ◆ Конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

**Литература: Галанов А.С. я иду в детский сад: пособие для родителей и воспитателей. М.: Школьная Пресса, 2002.**

## **РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**

**Тема: «семья и детский сад: открытие события».**

**Цель-результат:** создать благоприятные условия для взаимодействия с семьями воспитанников; ознакомить участников с основными правилами поведения и общения на собрании-встрече; начать процесс самопознания членами группы и работу над выработкой продуктивного стиля общения; познакомиться с родителями, понять их ожидания от детского сада, воспитания, своего ребенка; совместно с родителями наметить план следующих встреч.

<b>План собрания-встречи</b>	<b>Краткое содержание этапов собрания встречи</b>
<b>Знакомство. Открытие друг друга (педагогов группы и родителей)</b>	В начале собрания-встречи каждый участник оформляет карточку-визитку, где указывает свое имя, отчество или только имя (по желанию). Имя должно быть написано разборчиво. Визитки прикрепляются на груди таким образом, чтобы все могли прочитать имя. Затем осуществляется знакомство друг с другом при помощи метода «интервью в парах». Воспитатели группы: жизненные ценности, целевые ориентиры воспитательной деятельности (самопрезентация)
<b>Современная семья- какая она?</b>	Размышления о ценностных ориентирах семьи, целях воспитания в современной семье, стилях взаимодействия с ребенком, об отношении семьи к дошкольной образовательной организации.
<b>Современный детский сад-какой он?</b>	Презентация ДОО: ценности и целевые ориентации дошкольной образовательной организации, особенности социализации и воспитания в детском саду, принципы воспитательной деятельности, задачи воспитания и обучения дошкольной образовательной организации.
<b>Совместные ожидания</b>	Метод «Незаконченное предложение» и работа в группах. Ведущий предлагает участникам встречи разделиться на группы и закончить предложения, написанные на ватмане. Одна группа играет роль родителей, вторая -воспитателей, третья-детей. Все размышления заносятся в таблицу, включающую следующие графы: «Мои ожидания от детского сада», «Мои ожидания от воспитателей», «Мои ожидания от ребенка», «Мои ожидания от родителей группы». После работы в группе ватман вывешивается на доску и презентуется. Ведущий обобщает работу в группах, делает выводы.

Совместные планы собраний-встреч на год. Анкета обратной связи	Метод «Записки». Участникам предлагается проранжировать темы (заранее подготовленные на листах) следующих встреч в порядке их значимости для каждого. Анкетирование «Обратная связь»
--	--

#### **Материалы (оборудование) для организации собрания-встречи**

Визитки для всех участников, фломастеры, бумага и ручка для записей, буклеты для родителей, листы ватмана для трех групп с таблицами, презентация -представление ДОО, анкеты; тематика следующих собраний встреч, правила общения (на экране или на ватмане). В группе необходимо поставить стулья в круг, подготовить проектор для презентации.

#### **РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**

##### **Тема «Очаровательные малыши»**

**Цель-результат:** создать благоприятные условия для взаимодействия с семьями воспитанников; содействовать психолого-педагогическому просвещению родителей, которое выражается в их информировании об особенностях развития детей раннего возраста (становление продуктивного целеполагания, развитие речевого общения, формирование неагрессивного взаимодействия между детьми, психические процессы), условиях успешного взаимодействия с детьми в семье.

План собрания-встречи	Краткое содержание этапов собрания-встречи
Ребенок есть явление в нашей жизни, а не случайность	В начале встречи педагог использует метод «Язык фотографий»: раскладывает на столе непосредственно связанные с темой встречи фотографии. Каждый из родителей выбирает одну из них и, назвав предварительно свои имя и фамилию, кратко комментирует свой выбор. При этом высказывает вслух возникшие у него в связи с фотографией ассоциации, мысли, чувства и устанавливает их связь с темой встречи. Предложенные родителям фотографии мотивируют к размышлениям над темой встречи.
Очаровательные малыши (психологический портрет)	Раскрытие педагогами психологического портрета детей раннего возраста: в чем секрет обаяния двухлетних детей?
Ребенок-кто он?	Размышление воспитывающих взрослых о ребенке как божьем даре, подарке. Вариация на тему «ребенок» с использованием метода «Ассоциативный ряд»: педагог пишет на плакате располагающемся возле входной двери) какое-нибудь слово, служащее стимулом для творческого размышления родителей. Это опорное слово должно иметь непосредственное отношение к тематике встречи с родителями и затрагивать их эмоциональную сферу. Например: Ребенок. Мучитель. Исполнитель. Повелитель (презентация).

Обратная связь	Родителям предлагается написать на стикерах, какие вопросы, мысли вызвала встреча, и прикрепить их на ватман при выходе.
----------------	--

#### Литература:

1. Новый взгляд на родительские собрания. Встреча партнеров/авт. сост. Е.А. Кудрявцева, О.Б. Балберова. Волгоград: учитель, 2016.
2. Евдокимова Е.С., Додокина Н.В., Кудрявцева Е.А. Детский сад и семья: методика работы с родителями: пособие для педагогов и родителей. М7: Мозаика -Синтез, 2007.

Материалы (оборудование) для организации собрания встречи

Фломастеры или маркеры, бумага и ручка для записей, плакатный картон, демонстрационный стенд, презентация «Очаровательные малыши», минимум 30 фотографий (примерная тематика: «Дети в детском саду», «малыши (семейные фотографии)»). В группе необходимо поставить стулья в круг, подготовить проектор для презентации.

Список сайтов с информацией о развитии детей раннего возраста, а также с идеями для домашних игр в период адаптации.

- <http://adalin.mospsy.ru>
- <https://my.danilova.ru>
- <https://solnet.ee>
- <https://razvivalki.ru>
- <https://bibusha.ru>
- <https://www.smeshariki.ru>
- <https://vk.com/club15641440>
- <http://www.voobrazhala.ru>
- <https://playroom.com.ru>
- <http://www.deti-lit.ru>
- <https://kids.rin.ru>

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «Ребенок и книга»

**Книга** – средство развития интеллектуальных, речевых, коммуникационных навыков, источник знаний об окружающем мире. Знакомство с книгой необходимо начинать как можно раньше, чтобы привить ребенку культуру чтения, а также помочь становлению и развитию детской речи. Существуют книги для любого возраста, даже для грудничков.

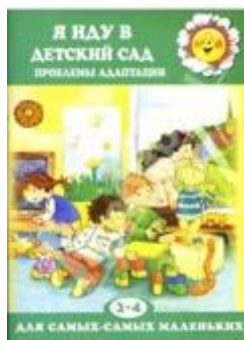
При выборе книг родители должны руководствоваться возрастными психофизиологическими особенностями и интересами ребенка. Основные моменты.

В этом возрасте можно активно знакомить детей с русскими народными сказками, потешками, прибаутками и песенками. Также дети хорошо воспринимают поэзию (от небольших стихов до поэтических сказок).

Не страшно, если что-то в прочитанном окажется непонятным. «Ребенок понимает по-своему, и даже если он при этом ошибается, его впечатления настолько ярки и образны, что нет необходимости их приземлять», – писал К. Чуковский. Прозаические произведения не должны быть длинными (*желательно, чтобы текст был представлен не более чем на 2-3 страницах*). Обязательным условием для книг должно быть наличие ярких больших иллюстраций, так как ребенок, слушая текст, разглядывает детали и создает единый вербально-визуальный образ. Постепенно можно переходить к книгам привычного формата с мягкими страницами.

- **Произведения для детей этого возраста должны быть очень короткими**, их задача описывать только одно событие и содержать много повторов и рифм. А родителям нужно читать эти тексты эмоционально, с изменением выражения и тональности голоса.
- **Важно, чтобы книга хорошо заканчивалась: хороший конец дарит ребенку ощущение надежности мира, а плохой способствует возникновению разных страхов**. Поэтому многие психологи предлагают иногда изменить конец сказки: *лиса колобка не съест, а теремок построят новый*.

**Литература в помощь родителям:**



### "Я иду в детский сад: Проблемы адаптации"

Знакомство ребенка с миром, где он остается один на один со сверстниками, для многих малышей бывает непростым. Что же должны делать родители? В этой книжке вы найдете, наряду с текстами для ребенка, некоторые советы о том, как помочь малышу в адаптации. Просмотрите книжку сами, прочитайте советы. Затем дайте ее полистать малышу. За одно занятие читайте и обсуждайте не более одного-двух разворотов. Задавайте ребенку вопросы по картинкам. Сохраняйте радостный, приподнятый тон, показывая малышу, как нравятся вам дети в детском саду и то, чем они там занимаются.

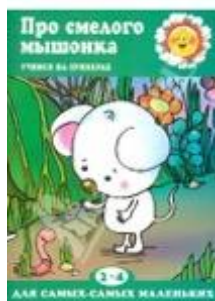
Для детей 2-4 лет.

Для чтения взрослыми детям



### "Зайка идет в садик. Проблемы адаптации"

Малышам 2-4 лет. Единственный в России журнал, рекомендованный Министерством образования России в качестве пособия для развития детей раннего возраста. Победитель в номинации "Лучший детский журнал". Знакомство с окружающим миром. Беседы по сюжетным картинкам, развитие речи, эмоций и чувств. Дидактические игры, а также содержательные советы родителям.



### "Про смелого мышонка (для детей 2-4 лет)"

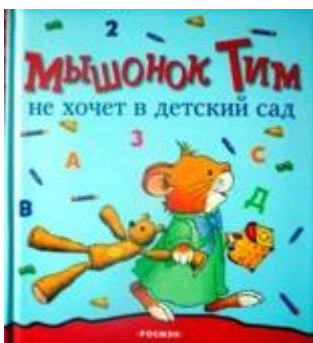
В этой книге вы найдете сказки, предназначенные для самых маленьких слушателей. Все их можно читать, начиная с полутора-двух лет. Они разыгрывают самые распространенные сценарии из жизни маленького человечка; рассказывают о том, что хорошо и что плохо; подсказывают, как надо или, напротив, не следует себя вести.



## **"Я сам! Развитие самостоятельности у детей. 2-4 лет"**

Для чтения родителями детям до 5 лет.

Маленькие дети в своем стремлении помогать нам и что-то делать самостоятельно бывают порой надоедливы. Нам проще и быстрее все сделать самим, чем терять терпение, наблюдать за ними и убирать последствия их "помощи". Однако через несколько лет мы начинаем сетовать на лень сына или дочери, на его неаккуратность, не подозревая, что сами воспитали эти черты характера, отмахиваясь от его первых "Я сам!". Приведена таблица уровней трудовых навыков детей 2-4 лет.



## **«Мышонок Тим не хочет в детский сад». Автор: Анна Казалис. Издательство: Росмэн-Издат**

"Я не хочу идти в детский сад! Я хочу остаться дома с мамой!"

Как переубедить Тима, чтобы он перестал упрямиться?

Иногда мышонок Тим, как все маленькие дети, плохо себя ведет.

Но его мама знает, что нужно сделать, чтобы ее сынок снова стал хорошим, послушным мышонком.

Как же ей это удастся?



## **"Как подготовить ребенка к детскому саду? 49 простых правил"**

О пользе посещения ребенком детского сада давно говорят и педагоги и психологи. "Детсадовские" дети легче, чем домашние, адаптируются к школе, быстрее обзаводятся друзьями, лучше чувствуют себя в коллективе. Но для того, чтобы детский сад пошел малышу на пользу, родителям необходимо правильно подготовить ребенка к этому важному этапу в его жизни.

Из книги вы узнаете, как грамотно подготовить ребенка к детскому саду, как помочь ему пережить расставание с мамой и папой, адаптироваться в коллективе. Выполняйте простые правила, и вам не придется переживать за вашего малыша, потому что он будет ходить в детский сад с удовольствием.



Иванова Е.Л., Гусева Н.А. Не хочу в детский сад! – СПб.: Издательский Дом «Азбука классика», 2008. – 219с. (Программа для мамы).

Что делать, если малыш плачет и не хочет идти в детский сад? Е.Л. Иванова и Н.А. Гусева, детские психологи-практики, точно знают, как помочь родителям правильно подготовить ребенка к новым для него условиям.

### **Игровая деятельность в период адаптации в детском саду**

Главным расслабляющим средством в период адаптации для детей раннего возраста является *игровая деятельность*, направленная на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок - ребенок".

Когда дети играют, они выражают собственную индивидуальность и развивают внутренние личностные качества.

### **Преимущества игры перед другими средствами расслабления:**

- позволяет маленькому ребенку ощутить себя всемогущим;
- помогает не испытывать разочарования от того, что он мал и беспомощен, что должен исполнять чужие распоряжения;
- помогает познать окружающий мир, развить самоуважение, достигать успеха в собственных глазах;
- развивает искусство общения;
- помогает управлять своими чувствами;
- дает возможность пережить массу эмоций.

Желательно придерживаться в игровой деятельности в период адаптации определенной системности.

### **Адаптационные игры**

#### **ДАЙ РУЧКУ!**

Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.

Возраст ребенка: 1,5-3 года.

Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

Задачи обучения родителей: учить говорить спокойно, доброжелательно; взаимодействовать с ребенком.

Содержание игры.



*Взрослый 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.*

*Примечание. 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!***

*Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.*

*Возраст ребенка: 1,5-3 года.*

*Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.*

*Задачи обучения родителей: учить использовать ритуал встречи-прощания в повседневной жизни.*

*Содержание игры.*

*Взрослый подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.*

*-Привет! Привет!*

*Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.*

*-Давай здороваться. Помаши ручкой на прощание. Пока!*

*Примечание. Это ритуал встречи-прощания следует повторять регулярно в начале и в конце игры. Постепенно ребенок станет проявлять больше инициативы, научится приветствовать педагога при встрече и прощании самостоятельно. Игра полезна тем, что учит правилам поведения между людьми.*

### ***ХЛОПАЕМ В ЛАДОШИ!***

*Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.*

*Возраст ребенка: 1,5-3 года.*

*Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.*

*Задачи обучения родителей: учить использовать ритуал встречи-прощания в повседневной жизни.*

*Содержание игры.*

*Взрослый хлопает в ладоши со словами:*

*-Хлопну я в ладоши, уду я хороший,*

*Хлопнем мы в ладоши, будем мы хорошие!*

*Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним:*

*-Давай похлопаем в ладоши вместе.*

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

***КУ-КУ!***

Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.

Возраст ребенка: 1,5-3 года.

Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

Задачи обучения родителей: учить взрослого помогать детям координировать свои действия, выступать в качестве доброжелательных участников игр.

Оборудование: кукла Петрушка (в ступке).



Содержание игры.

Взрослый показывает малышу игрушку (Петрушка спрятался).

- Ой! Кто это там прячется? Кто там?

Затем Петрушка показывается со словами:

-Ку-ку! Это я, Петрушка! Привет!

Примечание. Петрушка кланяется, вертится в разные стороны, затем снова прячется. Игру можно повторить несколько раз. Игрушку можно использовать на протяжении всей игры как стимулирующий фактор.

### ЛОВИ МЯЧИК!

Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.

Возраст ребенка: 1,5-3 года.

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

Задачи обучения родителей: учить родителей выступать в качестве доброжелательных участников игр.

Оборудование: небольшой резиновый мячик или пластмассовый шарик.

Содержание игры.

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

-Кати мячик! Оп! Поймала мячик!

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

### ПЕТРУШКА

Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.

*Возраст ребенка: 1,5-3 года.*

*Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.*

*Задачи обучения родителей: учить родителей выступать в качестве доброжелательных участников игр.*

*Оборудование: кукла Петрушка (бибабо).*

*Содержание игры.*

*Незаметно для ребенка родитель надевает на руку игрушку, затем начинается игра. Петрушка подходит к малышу, кланяется.*

*-Я – Петрушка, веселая игрушка! Привет-Привет!*

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

*- Давай здороваться! Дай ручку!*

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

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

### *КОТЕНОК*

*Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.*

*Возраст ребенка: 1,5-3 года.*

*Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.*

*Задачи обучения родителей: учить родителей выступать в качестве доброжелательных участников игр.*

*Оборудование: мягкая игрушка (котенок).*

*Содержание игры.*

*Взрослый показывает ребенку игрушечного котенка и предлагает погладить его-вот так.*

*Действие сопровождается стихотворением:*

*-Киса, кисонька, кисуля! -*

*Позвала котенка Юля. –*

*Не спеши домой, постой! –*

*И погладила рукой.*

*Примечание. Можно продолжить игру с котенком: напоить его молочком, показать, как котенок умеет прыгать, махать хвостиком.*

### *ШАРИК*

*Автор, литература: Янушко Е. Помогите малышу заговорить! Развитие речи детей 1,5-3 лет. М.: Теревинф, 2010.*

*Возраст ребенка: 1,5-3 года.*

*Цели игры: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.*

*Задачи обучения родителей: учить родителей выступать в качестве доброжелательных участников игр.*

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

*Содержание игры.*

*Взрослый показывает ребенку шарик и предлагает поиграть.*

*-Смотри, какой красивый шарик. Давай поиграем: я буду шарик прятать, а ты угадывай, в какой он руке.*

*После этого взрослый убирает руки за спину и прячет шарик в кулак. Затем выставляет обе руки, вперед и предлагает угадать и показать, в какой руке находится шарик. После этого переворачивает руку и раскрывает ладонь.*

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

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

**Полезно использовать игры в сухом бассейне, массаж, самомассаж, пальчиковые игры – через них в том числе происходит знакомство со взрослым.**

**Полезно использовать игры на коленках с детьми раннего возраста.**

Прикосновение стимулирует выделение мозгом важных гормонов, способствующих росту ребенка. Любовь взрослых (родителей, педагогов) - не только ключ к созданию нерасторжимых уз между ребенком и взрослым, ее проявления влияют также на формирование нервных связей. Отношение ребенка к себе и к окружающему миру отражается на его отношениях с родителями. Видя теплую и чуткую заботу со стороны родителей (педагогов), дети ощущают себя в безопасности и начинают испытывать доверие и привязанность к окружающим.

Дети раннего возраста очень любят сидеть на коленках у взрослых и радуются, когда родитель начинает их подкидывать, как бы ронять.

Положительную роль «игры на коленках» имеют и в адаптационный период детей. Эмоциональное тактильное общение родителя с ребенком помогает второму пережить временное расставание с мамой. Даже дети, которые сначала не идут на руки, не хотят, чтобы к ним прикасались, постепенно видя, как весело другим деткам, откликаются на предложение поиграть с воспитателем.

**Игра: «Раз, два, три, бум!»**

-Усадите ребенка на колени лицом к себе.

-Произнесите: «Раз, два, три, бум!» – и очень аккуратно прижмите лоб ребенка к себе.

- С теми же словами прижмите нос ребенка к себе.

-Продолжайте в том же духе, каждый раз на слове «бум» прижимая к себе разные части тела ребенка:

локти, колени, щеки, уши, подбородок.

**Игра: «Прыг – скок»**

· Посадите ребенка себе на колено, крепко держа его под мышками.

· Подбрасывая ребенка на колене, читайте или пойте следующий стишок:

· Прыг – скок,

· Вверх и вниз.

· И все сначала:

· Прыг – скок, прыг – скок,

· Оп, но только, чур, не падать.

- На последней фразе наклоните малыша в сторону.
- Прочитайте стишок (песенку) еще раз и на последней фразе наклоните ребенка в другую сторону.

### **Игра: «Игра в объятия»**

Чаще обнимайте своего малыша – это очень полезно для развития его мозга. Еще важнее – в минуту опасности.

Если ваш малыш забредет туда, где ему не следует находиться, подхватите его на руки, прижмите к себе и объясните: «Туда тебе ходить нельзя – это опасно». По тону вашего голоса он поймет, что совершил что – то нехорошее. По объятию при произнесении этих слов он почувствует, что вы заботитесь о нем и хотите его защитить. Это повышает уровень взаимного доверия.

### **Пальчиковая гимнастика**

Гимнастика для пальчиков помогает ребенку расслабиться, способствует снятию напряжения, переключает внимание (если ребенок плачет), способствует развитию мелкой моторики, координации движений, облегчая процесс рисования, лепки, конструирования и бытовой деятельности, развивает речь.

1. Мы капусту рубим-рубим (изображаем, как будто мы рубим ребром ладони)

Мы капусту трем-трем (трем ладошка о ладошку)

Мы капусту солим-солим (соответствующее движение щепоткой)

Мы капусту мнем-мнем (мнем руками)

2. Этот пальчик бабушка

Этот пальчик дедушка

Этот пальчик мама

Этот пальчик папа

Этот пальчик я

Вот и вся моя семья

(поочередно показываем каждый пальчик)

***Необходимо, по возможности, подбирать специальные игры, которые помогают детям справиться с напряженной, стрессовой ситуацией в период привыкания:***

- хороший эффект дают разнообразные игры с песком и водой, сухой бассейн;
- затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, например - нанизывание шариков на шнур, соединение деталей крупного конструктора "Лего", игра резиновыми игрушками-пищалками, игры с водой;
- 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;
- лучшее лекарство от стресса – смех. Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Используются игрушки-забавы, куклы Бибабо, мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички;
- необходимо исключить однообразие жизни детей, т. е. определить тематические дни.

### **Правила организации игр в период адаптации:**

### **Правило 1:**

Первое, и самое важное, правило — **добровольность участия в игре**. Необходимо добиться того, чтобы ребенок захотел принять участие в предложенной игре. Заставляя, мы можем вызывать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит. Напротив, увидев, как играют другие, увлекшись, ребенок сам включается в игру.

### **Правило 2:**

**Взрослый должен стать непосредственным участником игры.** Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой. В то же время взрослый организывает и направляет игру. Таким образом, второе правило заключается в том, что взрослый совмещает две роли — участника и организатора. Причем совмещать эти роли взрослый должен и в дальнейшем.

### **Правило 3:**

**Многократное повторение игр, которое является необходимым условием развивающего эффекта.** Воспитанники по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Систематически участвуя в той или иной игре, дети начинают понимать ее содержание, лучше выполнять условия, которые создают игры для освоения и применения нового опыта.

### **Правило 4:**

**Наглядный материал** (определенные игрушки, различные предметы и т.д.) надо беречь, нельзя его превращать в обычный, всегда доступный. Во-первых, так он дольше сохранится, а во-вторых, этот материал долго останется для детей необычным.

### **Правило 5:**

**Взрослый не должен оценивать действия ребенка:** слова типа «Неверно, не так» или «Молодец, правильно» в данном случае не используются. Дайте ребенку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свой взгляд на вещи, помогите ему выразить все это!

### **Игра. «Игра в объятия»**

Чаще обнимайте своего малыша – это очень полезно для развития его мозга. Еще важнее – в минуту опасности. Если ваш малыш забредет туда, где ему не следует находиться, подхватите его на руки, прижмите к себе и объясните: «Туда тебе ходить нельзя – это опасно». По тону вашего голоса он поймет, что совершил что – то нехорошее. По объятию при произнесении этих слов он почувствует, что вы заботитесь о нем и хотите его защитить. Это повышает уровень взаимного доверия.

**И еще несколько приемов и рекомендаций для снижения тяжести адаптационного периода.**

### **Разрывание бумаги**

Предлагаемый прием доставляет детям много положительных эмоций, дает выход энергии, раскрепощает. Для работы необходимо иметь старые газеты и журналы, либо другую ненужную бумагу. Вначале нужно объяснить правила, что можно рвать только эту бумагу, и потом необходимо все за собой убрать. Затем педагог начинает разрывать газеты и бумагу, показывая детям, как лучше это делать. Дети присоединяются, и все вместе бросают бумагу в центр комнаты. Когда куча становится большой, все энергично начинают подбрасывать бумагу в воздух, она разлетается по всему помещению, и дети приходят в неопишуемый восторг. Данную технику можно использовать в рамках различных сюжетов: «Снегопад», «Листопад», «Праздничный салют» и др.



## **Фотоальбом**

Следует попросить родителей, чтобы они принесли фотографии, связанные с домом. Важно, чтобы ребенок сам выбрал альбом (купил вместе с родителями). Когда ребенку становится грустно, он может достать альбом и посмотреть вместе с педагогом на фотографии членов своей семьи.

## **Литература:**

1. *Александрова, Я. А. О «нервности» ребенка/ Я.А. Александрова.-СПб.: Диля, 1999.*
2. *Воспитание детей раннего возраста: пособие для воспитателей детского сада и родителей/ Е.О. Смирнова [и др.].- М.: Просвещение, 1996.*
3. *Воспитание малыша в семье от рождения до трех лет: советы психолога/ Е.О. Смирнова [и др.].-М.: АРКТИ, 2004.*
4. *Галанов, А.С. Игры, которые лечат (для детей от 1 года до 3 лет)/ А.С. Галанов. – М.: ТЦ Сфера, 2003.*
5. *Григорьева, Г.Г. Играем с малышами: игры и упражнения для детей раннего возраста: пособие для воспитателей и родителей/ Г.Г. Григорьева, Н.П. Кочеткова, Г.В. Груба.- М.: Просвещение, 2003.*
6. *Давыдова, О.И. Адаптационные группы в ДОУ: метод. пособие О.И. Давыдова, А.А. Майер. –М.: ТЦ Сфера, 2005.*
7. *Жердева, Е.В. Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня) / Е.В. Жердева. –Ростов н/Д. 2006.*
8. *Педагогика раннего возраста/ под ред. Г.Г. Григорьевой, Н.П. Кочетковой, Д.В. Сергеевой. –М.: Академия, 1998.*
9. *Севостьянова, Е. О. Дружная семейка. Программа адаптации детей к ДОУ/ Е.О. Севостьянова. -М.: ТЦ Сфера, 2006.*
10. *Теплюк, С.Н. Дети раннего возраста в детском саду: программа и методические рекомендации/ С.Н. Теплюк, Г.М. Лямина, М.Б. Зацепина. –М.: Мозаика- Синтез, 2005.*

