

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ»

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребёнок вступил в неё радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

- ❖ Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- ❖ Установите чёткие требования к ребёнку, будьте последовательны в их предъявлении.
- ❖ Будьте терпеливы.
- ❖ Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- ❖ Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- ❖ Когда ребёнок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- ❖ Если вы увидите, что ребёнок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- ❖ Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения.
- ❖ Спрашивайте у ребёнка: «Что ты делаешь?» На вопрос: «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастёт.
- ❖ Каждый день читайте малышу.
- ❖ Заботьтесь о том, чтобы у ребёнка были новые впечатления.
- ❖ Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- ❖ Поощряйте любопытство.
- ❖ Не скупитесь на похвалу.

РАДУЙТЕСЬ ВАШЕМУ МАЛЫШУ!

ПАМЯТКА

«Степени адаптации ребенка к новым условиям»

Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации поведения, частота и длительность острых заболеваний, проявление невротических реакций.

1. Легкая степень адаптации

При легкой адаптации в течение месяца посещения ГКП у ребенка нормализуется поведение, он спокойно или радостно начинает относиться к новому детскому коллективу. Аппетит несколько снижается, но ненамного, и к концу первой недели достигает обычного уровня, сон налаживается в течение одной - двух недель. К концу месяца у него восстанавливается речь, игра, интерес к окружающему миру. Отношения с близкими людьми при легкой адаптации у малыша не нарушаются, он достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу второй - третьей недели восстанавливается, острых заболеваний не возникает.

2. Средняя степень адаптации

Во время адаптации средней тяжести нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче и длительнее. Настроение неустойчиво в течение месяца, значительно снижается активность: малыш становится плаксивым, малоподвижным, не стремится исследовать новое окружение, не пользуется приобретенными ранее навыками речи. Все эти изменения могут держаться до полутора месяцев и все это время он присутствует на занятиях с мамой.

3. Тяжелая степень адаптации

Особую тревогу вызывает состояние тяжелой адаптации.

Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль, т. е. не защищают организм от многочисленных инфекционных агентов, с которыми ему постоянно приходится сталкиваться, это неблагоприятно сказывается на физическом и психическом развитии малыша.

Примерный график приема детей

День недели	Легкая адаптация	Средняя адаптация	Тяжелая адаптация
пн.	2-3 ребенка	–	–
вт.	В первую неделю можно принять до 5 детей	1 ребенок	–
ср.		–	1 ребенок
чт.		1 ребенок	–
пт.		–	–
пн.		1 ребенок	–
вт.	–	1 ребенок	–
ср.	–	–	1 ребенок
чт.	–	1 ребенок	–
пт.	Новые дети не принимаются		
пн.	1 ребенок	–	–
вт.	–	1 ребенок	–
ср.	–	–	1 ребенок
чт.	–	1 ребенок	–
пт.	Новые дети не принимаются		
пн.	1 ребенок	–	–
вт.	–	1 ребенок	–
ср.	–	–	1 ребенок
чт.	–	1 ребенок	–
пт.	Новые дети не принимаются		

График приема детей

Период	Время пребывания
1неделя	С 8.00-10.00
2неделя	С 8.00-11.00
3неделя	С 8.00-12.00(к концу недели, в зависимости от поведения, ребенок остается на дневной сон, но сразу после сна его забирают)
4неделя	С 8.00-15.00(к концу недели, в зависимости от поведения, ребенок остается на целый день)

Примечание: ежедневно рекомендуется принимать в группу не более двух новых детей. Если ребенок тяжело реагирует на расставание с мамой, то можно привести малыша сразу на прогулку./Каждый ребенок уникален, в каждом случае необходим индивидуальный подход/

Примерная форма дневника наблюдений воспитателя

Дата наблюдения _____ Педагог _____

Фамилия, имя ребёнка _____

Настроение утром, в течение дня _____

С кем и во что играл _____

Самостоятельно занимался _____

Конфликты _____

На занятиях (возможны комментарии
специалиста) _____

Как ел _____

Как засыпал _____

Проблемы для обсуждения, предложения
коллегам _____

Предложения
родителям _____

Игры в период адаптации

«Чудесные камешки».

Раздайте детям по два камешка и пригласите ими поиграть: постучать камешками друг о друга; постучать своими камешками о камешки других детей и т.д. Потом вы сами включаетесь в игру, весело постукивая по камешкам детей и припевая.

В следующий раз можно предложить малышам забрасывать камешки в коробку, корзинку, шляпу.

«Иди ко мне».

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».

Ход игры. Воспитатель приносит Петрушку (игрушку), рассматривает его с детьми.

Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой встряхивают погремушками, радуются.

«Поезд».

Ход игры. Воспитатель предлагает поиграть в «поезд»: «Я – паровоз, а вы – вагончики». Дети встают в колонну друг за другом, держась за одежду впереди стоящего. «Поехали», - говорит взрослый, и все начинают двигаться, приговаривая: «Чу – чу – чу». Воспитатель ведет поезд в одном направлении, затем в другом, потом замедляет ход, останавливается и говорит:

«Остановка». Через некоторое время «поезд» опять отправляется в путь.

Примечание. Эта игра способствует отработке основных движений – бега и ходьбы.

«Догонялки».

Ход игры. Кукла, знакомая детям по игре «Хоровод с куклой», говорит, что хочет поиграть в догонялки. Воспитатель побуждает детей убежать от куклы, прятаться за ширму; кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: «Вот мои ребятки».

Вариант: игра проводится с мишкой.

«Игра с собачкой».

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». Приносят миску с воображаемой едой, собачка «ест суп», «лает», говорит ребенку «спасибо».

При повторении игры воспитатель называет имя другого ребенка.

«Мяч в кругу».

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.

«Мы топаем ногами».

Ход игры. Играющие становятся в круг на таком расстоянии друг от друга, чтобы при движении не задевать соседей. Воспитатель вместе с детьми произносит текст медленно, с расстановкой, 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. Игра повторяется.

«Я иду к вам в гости с подарками».

Воспитатель, привлекая к себе внимание детей, говорит: «Сейчас положу в сумку подарки (достаёт из шкафа приготовленные по количеству детей коробки) и пойду к ребятам в гости».

Идет по комнате, приговаривая: «Пойду в гости к Танечке, к Васе и к Вадику, покажу им подарки». Прежде всего называет тех детей, которых в первую очередь надо привлечь к общей игре. Затем подходит к самой большой группе детей, говорит: «Здравствуйте, ребята, я к вам в гости пришла, вам подарки принесла. Посмотрите, что лежит у меня в сумке. (Показывает

коробки, рассматривает их с малышами, рассказывает, как она старалась, делая коробки для ребят: на каждую наклеила особую картинку.) Коробку с самолетом подарю Васе, потому что у Васи на шкафчике нарисован самолет и на стойке, куда он вешает полотенце, тоже самолет. Коробку с цветком я сделала для Оленьки, а с елочкой – для Юры». И т.п.

Воспитатель предлагает малышам посмотреть, что лежит в их коробках. Дети достают шариковые ручки и листочки бумаги.

Воспитатель показывает, как снимать с ручки колпачок и надевать его с другого конца, как рисуют ручкой. Каждому ребенку рисует солнышко.

Называя детей по имени, дарит им рисунки: «Вот это красивое солнышко – Мариночке. А теперь нарисую солнышко Пете...».

Воспитатель предлагает малышам отложить коробки и порисовать самим. Интересуется, кто что нарисовал. Затем дети с помощью воспитателя отыскивают каждый свою коробку по наклеенным на них картинкам, укладывают ручки, рисунки и относят коробки в шкаф, определяют место в шкафу для хранения коробок. Воспитатель договаривается с малышами, что они будут складывать в коробки подарки, а вечером показывать подарки папам и мамам.

Игровые сюжеты с вариантами.

1. «Я иду к вам в гости с подарками:
 - коробочками;
 - камешками;
 - фантиками;
 - игрушками» и т.п.
2. «Загляните ко мне в окошко...
 - я вам что-то покажу;
 - я вас чем-то угощу» и т.п.
3. «Шли – шли, что-то мы нашли:
 - зонтик;
 - кастрюльку;
 - шарики;
 - кувшинчик» и т.п.
4. «Приходите ко мне в гости:
 - я вас буду угощать;
 - будем весело играть;
 - будем вместе танцевать» и т.п.

ИГРЫ И ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА

ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА	НАЗВАНИЕ ИГР
Холерик	Подвижные игры; Игры с мячом; Ритмичные танцы
Сангвиник	Веселые подвижные игры; Хороводы; Игры с водой и песком; Танцы под веселую музыку
Флегматик	Игры-эксперименты; Мозаика; Пазлы; Конструкторы; Лепка; Раскраски; Рассматривание иллюстраций и картинок
Меланхолик	Настольные игры; Игры с водой; Конструкторы; Игры-потешки («Сорока-ворона», «Ладушки» и т.д.) Экспериментирование с красками