

# Организация адаптационного периода

Организация жизни детей в детском саду начинается с организации адаптационного периода ребёнка, пришедшего в детский сад, и направлена на обеспечение плавного и безболезненного вхождения в новые условия коллективной жизни. Задача педагога на этом этапе – создать атмосферу доброжелательного общения с детьми, родителями, атмосферу психологического и физиологического комфорта.

- Условиями успешной адаптации ребёнка к детскому саду являются:
- *информированность* воспитателя о семье ребёнка, о состоянии здоровья и индивидуальных особенностях развития, о привычках, увлечениях и предпочтениях ребёнка (любимые игры, книжки, занятия), привычках задолго до прихода ребёнка в детский сад;
- *постепенность* вхождения в новый коллектив: плавное увеличение времени пребывания и уменьшение времени повышенного внимания, мягкое отвлечение от «вредных» привычек (сосание соски, использование памперсов и т.п.), нивелирование ситуации «расставание с мамой»;
- *установление доверительного контакта* с окружающими ребёнка взрослыми;
- *вовлечение ребёнка* в наиболее привлекательные, интересные виды деятельности;
- *положительное эмоциональное подкрепление режимных моментов*, вызывающих у ребёнка негативные реакции (дневной сон, умывание, питание и др.).
- Адаптация ребёнка связана не только с приходом ребёнка в детский сад, но и с любой новой ситуацией (переход из группы в группу, перевод ребёнка из одной группы в другую, смена воспитателя, долгое отсутствие по причине болезни и др.). В этом случае педагогу необходимо проявлять повышенное внимание с учётом конкретной ситуации.
- В целом при организации жизни детей в течение всего времени их пребывания в детском саду необходимо учитывать возрастные и гендерные особенности, состояние здоровья и возможности детей, специфику каждого этапа дошкольного детства (кризисные и сенситивные периоды развития, ведущий вид деятельности, потребности и т.д.).

# БУДЬ ГОТОВ!

*Надо быть внимательным к тому, чтобы детский сад в ощущениях не заменял, а дополнял собой семейную жизнь ребенка*

## Действия воспитателя

- *Сбор информации о ребёнке: беседа с родителями, анкетирование родителей.*
- *Знакомство ребёнка с группой, своим шкафчиком, кроваткой, детьми, воспитателем, няней.*
- *Первое наблюдение за ребёнком в группе.*
- *!!! Выявление зон особого внимания, осмысление результатов наблюдения за ребёнком, подбор дальнейших видов наблюдения (по потребности).*
- *Оценка взрослым своих действий: дало ли наблюдение нужную информацию.*
- *Планирование индивидуальной программы работы с ребёнком.*

## Действия родителей

- *Укрепление здоровья: закаливающие процедуры, прогулки, проветривание помещений, поддержание оптимального температурного режима, развитие двигательной активности, подбор одежды в соответствии с сезоном и температурой воздуха.*
- *!!! Формирование опыта и навыков общения со взрослыми и сверстниками*
- *Приучение к режиму дня.*
- *Рациональное питание. Приближение домашнего рациона к рациону детского сада.*
- *Формирование навыков самообслуживания; культурно-гигиенических навыков и привычек.*
- *Развитие самостоятельности, активности, любознательности, игровых умений.*
- *Согласование тактики детского сада и семьи.*

## Готовность к детскому саду — это не только возраст, а внутренняя зрелость малыша, его навыки и поддержка семьи!

- Детский сад — это первый шаг в большой мир: мир общения, правил, самостоятельности и новых открытий. И от того, насколько спокойно, уверенно и с интересом ребенок сделает этот шаг, зависит его дальнейшая **адаптация**, эмоциональное благополучие и любовь к обучению.

ВАЖНО! Комплексная готовность:

- навыки — одеваться, есть, ходить на горшок;
  - внутренняя готовность: умение общаться, выражать потребности, чувствовать себя комфортно в новой среде
- 
- Мы не торопим, а сопровождаем. Мы не требуем, а готовим. Мы показываем, что детский сад — это безопасно, интересно и по-домашнему уютно.

В карточках **ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ** ( см. след. слайды)— ключевые ориентиры **для родителей**: как понять, что малыш действительно готов к детскому саду.

## Персональный органайзер «Будь готов!»

Я привыкаю к новому пространству	Договор о расставании «Ощущения скорой встречи»	Я такая мама ( 5 прилагательных)



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



ФГБНУ «Институт развития,  
здоровья и адаптации  
ребенка»

**ИРЗАР родителям**

# ГОТОВ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК К ДЕТСКОМУ САДУ?



# Готовность! Проверь себя!



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



ФГБНУ «Институт развития,  
здоровья и адаптации  
ребенка»



**Вы уверены в том, что в вашей семье  
детский сад необходим именно сейчас.**



**Ребенок владеет базовыми навыками  
самообслуживания, может самостоятельно  
есть ложкой, садиться на горшок.**



**Ребенок проявляет интерес  
к другим детям.**

# Готовность! Проверь себя!



# Готовность! Проверь себя!



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



ФГБНУ «Институт развития,  
здоровья и адаптации  
ребенка»



**У ребенка хороший аппетит,  
нет строгой избирательности в еде.**



**Ребенок привык к определенному  
режиму дня, и этот режим совпадает  
с режимом дня в детском саду.**







## ЧЕК-ЛИСТ ЛУЧШИЙ ШКАФЧИК для ребёнка в детском саду

- ☐ **Сменная обувь** (удобная на липучках, фиксируется по всей ноге, ребёнок может застегнуть сам)
- ☐ **Чешки** (не слетают с ноги, размер подходящий)
- ☐ **Спортивные кроссовки / Спортивные тапочки** (крепко держаться на ноге, ребёнок может застегнуть сам)

**Сменная одежда.** (ребёнку должно быть удобно надеть, застегнуть)

- ☐ Штаны / шорты / юбка / платье (на выбор, ходить в группе)
- ☐ Футболка / бадлон (на выбор, ходить в группе)
- ☐ Кофточка на застёжке (если замёрз, удобно накинуть)

**Запасная одежда.** (зависит от сменной одежды)

- ☐ Запасная футболка / майка / бадлон (если испачкается, 2 штуки)
- ☐ Запасные штаны / шорты / юбка / платье (если испачкается, 2 штуки)

- ☐ Трусики (2-3 пары)
- ☐ Носочки (2-3 пары)
- ☐ Колготки (2 пары)
- ☐ Пижамка легкая

**Спортивная форма:**

- ☐ Футболка
- ☐ Лосины / шорты / спортивные штаны
- ☐ Носочки

- ☐ Расчёска (гребешок) и резинки / заколки (запасные)
- ☐ Одноразовые маленькие мешочки (для грязного)
- ☐ Салфетки влажные
- ☐ Платочки одноразовые



**ВАЖНО ВСЁ ПОДПИСАТЬ**

(У ДРУГИХ ДЕТЕЙ МОГУТ ОКАЗАТЬСЯ ТАКИЕ ЖЕ ВЕЩИ)



# ГОТОВИМСЯ вместе с ребенком

Игры с ребенком в семье

# Игры для подготовки к детскому саду

(за 1-2 месяца до начала поступления)

Цель: сформировать позитивный образ детского сада, познакомить с режимом и правилами

## Экскурсия в детский сад (Ролевая игра)

Что понадобится: куклы, мягкие игрушки, маленькая мебель (можно сделать из конструктора), игрушечная посуда.

- Как играть: Вы — воспитатель, а игрушки — дети. Проиграйте весь режим дня: приход в сад, утренняя зарядка, завтрак, занятия, прогулка, обед, сончас. Проговаривайте ключевые фразы: "Доброе утро, Машенька! Раздевайся, мы сейчас будем делать зарядку", "А сейчас все идём мыть ручки, кушать вкусную кашку". Это поможет ребёнку понять, что его ждёт.

## Супер-помощник (Игра на самостоятельность)

Что понадобится: одежда ребёнка, обувь.

- Как играть: Устройте соревнования: кто быстрее наденет футболку, сандалики (на липучках!) или штаны. Не забывайте поддаваться и хвалить за малейший успех. Можно петь песенку-помощницу: "Сначала носочек, потом носочек, а теперь скорее надевай сапожок!"

## Прощание с мамой (проигрывание сложной ситуации)

Что понадобится: игрушки.

- Как играть: Проиграйте момент расставания. Мама-зайчиха приводит зайчонка в сад, говорит "Пока, мой хороший! Я тебя очень люблю и обязательно приду после сна/прогулки", дает крепкое объятие и уходит. Зайчонок может немного погрустить, а потом воспитатель (вы) предлагает ему интересную игру. Акцент делайте на том, что мама ВСЕГДА возвращается.

# Игры для формирования навыков общения и взаимодействия

*Цель: научить делиться игрушками, ждать своей очереди, просить помощи*

## **Волшебный мешочек**

Что понадобится: мешочек, несколько мелких игрушек.

- Как играть: По очереди с ребёнком запускайте руку в мешочек, нащупывайте одну игрушку и описывайте её: "Она пушистая, с длинными ушками". Остальные должны угадать. Эта игра учит терпению и умению ждать.

## **Строим башню вместе**

Что понадобится: конструктор (например, Lego Duplo).

- Как играть: Предложите построить одну высокую башню на двоих. Вы ставите один кубик, ребёнок — следующий. Потом можно строить вместе с другими членами семьи. Учит совместной деятельности.

## **Попроси вежливо**

Что понадобится: любая привлекательная игрушка.

- Как играть: Держите игрушку у себя. Ребёнок захочет её получить. Подскажите ему "волшебные слова": "Дайте, пожалуйста", "Можно поиграть?". Хвалите, когда он просит вежливо. Это прообраз ситуации, когда нужно попросить игрушку у другого ребенка или помощь у воспитателя.

# Игры для снятия эмоционального напряжения и агрессии

*Цель: дать выход негативным эмоциям безопасным способом*

## **Бой с подушками**

Что понадобится: лёгкие подушки.

- Как играть: Объявите, что подушки сегодня очень злые и с ними нужно сразиться! Можно кидаться, пинать, боксировать. После боя обязательно "помириться" и обнимите подушки. Отлично снимает накопившуюся злость и напряжение.

## **Обнимашки-целовашки**

Что понадобится: только хорошее настроение.

- Как играть: Объясните, что сегодня день обнимашек. Обнимайте ребёнка как можно чаще, целуйте, устраивайте "медвежьи объятия", катайтесь по полу в обнимку. Тактильный контакт — лучшее лекарство от тревоги.

## **Кричалки**

Что понадобится: безопасное место, где можно покричать (парк, дома в окно, когда никто не мешает).

- Как играть: Договоритесь, что сейчас можно покричать что есть мочи. Можно кричать просто "А-а-а!", а можно кричать "Я сержусь!" или "Ура!". Это помогает выпустить пар.

## **Игры для установления связи с домом**

*Цель: напомнить ребёнку о доме и маме, пока он в саду*

### **Секрет в кармашке**

Что понадобится: маленький предмет от мамы (камушек, пуговица, маленькая фигурка, сердечко).

- Как играть: Утром, собираясь в сад, дайте ребёнку этот "секрет" и скажите: "Положи это в кармашек. Когда ты по мне соскучишься, просто потрогай его, и он напомнит тебе о моей любви. А я в это время буду думать о тебе". Это даёт ребёнку ощущение связи и безопасности.

### **Фото-альбом «Моя семья»**

Что понадобится: небольшой альбом с 5-7 фотографиями близких.

- Как играть: Сделайте вместе с ребёнком маленький альбомчик, который он сможет брать с собой в сад. Рассматривайте его вечерами, подписывайте: "Это мама", "Это папа", "Это наша кошка Мурка". В саду, глядя на фото, он будет чувствовать себя спокойнее.

## **Родители! В играх с малышами проявляйте:**

- **Положительный настрой.** Вы сами должны излучать уверенность и спокойствие. Если вы тревожитесь, ребёнок это почувствует.
- **Терпение.** Если ребёнок не хочет играть — не настаивайте. Предложите позже.
- **Регулярность.** Лучше играть по 10-15 минут каждый день, чем по два часа раз в неделю.
- **Проговаривание собственных чувств:** "Я понимаю, ты немного боишься идти в садик. Это нормально. Давай поиграем, как мишка в первый раз пошёл в сад?".

**Главное — ваша любовь, терпение и фантазия. С помощью игр вы поможете ребёнку сделать важный шаг в уверенную жизнь детского сада.**

# ПАМЯТКА

## ЦВЕТ в одежде детей группы РАННЕГО ВОЗРАСТА

<i>Сопутствующие черты красного цвета</i>	<i>Агрессивность и активность (не рекомендуется при формировании гардероба гиперактивных детей, робким – рекомендуется)</i>
<i>Синий цвет</i>	<i>Помогает контролировать себя и свои эмоции, снимет напряжение (не рекомендуется необщительным детям, а вот эмоциональным, нервным детям рекомендуется)</i>
<i>Желтый и зеленый –</i>	<i>Основные цвета в гардеробе ребенка 2-3 лет, так как формируют оптимизм и уверенность в своих силах</i>
<i>Оранжевый цвет</i>	<i>Полезен для детей нервных и физически слабых</i>
<b>+ ЦВЕТ В ОДЕЖДЕ ПЕДАГОГА</b>	



# ВЛИЯНИЕ ЦВЕТА

## в интерьере группы РАННЕГО ВОЗРАСТА

<i>Преобладание красного цвета в среде группы</i>	<i>Стимулирует подвижность и активность пассивных, медлительных, неуверенных в себе малышей</i>
<i>Светло-синий и голубой цвет</i>	<i>Обеспечивают автономность и независимость</i>
<i>Светло – желтый цвет в интерьере</i>	<i>Стимулирует жизнерадостное и оптимистичное настроение, доброжелательность в общении</i>
<i>Зеленый цвет</i>	<i>Помогает создать уравновешенную, деловую обстановку в группе, также способствует формированию у детей уверенности при выполнении сложных действий с предметами</i>

# ЮБКА-СКАЗКА





Игра «Цветок для бабочки»

Игра «Юбка - радуга»





# ВОЛШЕБНЫЕ ОЧКИ

