МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Детский сад № 95 Центрального района Волгоград

пр. им. В.И. Ленина, 44-а, Волгоград, 400005 тел./факс (8442) 23-02-97, E-mail: moudetsad95@mail.ru

Принята решением педсовета протокол № 4 от « 24 » мая 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МО Детский сад №95
Н.П. Полуосьмак
Приказ от <u>С. С. С. М.</u> №

Программа адаптации детей младшего дошкольного возраста МОУ «Детского сада №95 «Детский сад-дом радости»

Разработчик программы воспитатель Ракитина С.В.

Волгоград

Программа по адаптации «Детский сад –дом радости» для детей младшего дошкольного возраста в МОУ Детский сад №95

Воспитатели Ракитина С.В., Саблина Л.И. Паспорт программы

Наименование программы	«Детский сад –дом радости»
Цель программы	Помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.
Задачи программы	 Преодоление стрессовых состояний у детей младшего дошкольного возраста в период адаптации к ДОУ. Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом. Снижение тревожного состояния. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
Важнейшие целевые показатели программы	У детей сформируется мотивация, эмоциональная готовность к поступлению в детский сад, умение действовать как самостоятельно, так и сообща с другими, развитие любознательности, творческой активности и восприимчивости к миру, инициативности, формирование различных знаний.
Исполнители программы	Педагогический состав
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	 Безболезненное протекание у детей процесса адаптации к условиям детского сада. Осознанное отношение родителей к личностному развитию детей младшего дошкольного возраста. Проявление позитивного настроя у детей в момент прихода в ДОУ

Пояснительная записка

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, нежеланием общаться с окружающими, отгороженностью, снижением активности.

Дети младшего дошкольного возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными, как положительными, так и отрицательными эмоциями. Окружающая действительность выступает как стрессор длительного действия, истощающая запас адаптационной энергии. Это дезорганизует психику и поведение. Для снятия напряжения, дети вынуждены применять различные способы психологической защиты.

Важным моментом является то, что именно в младшем дошкольном возрасте дети подвергаются особенно интенсивно ограничениям со стороны взрослых. Ребенок вынужден приспосабливаться к воздействиям, препятствующим его естественному развитию, прибегая к психологическим механизмам защиты.

Эти особенности и легли в основу построения цикла занятий. Так как игра является источником всестороннего развития детей, создает «зону ближайшего развития», программа

строится на основе игровых упражнений, которые направлены на обеспечение психологического комфорта пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Программа составлена на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «Радуга» / Под ред.Т.Н.Дороновой,Т.И.Гризик и др.

Программа предусматривает организацию работы с детьми младшего дошкольного возраста в количестве 14 занятий по 15 минут каждое. Занятия проводятся фронтально, со всеми детьми посещающими группу. В месяц проводится 4 занятия(1 раз в неделю), на них организуются познавательные, дидактические игры, музыкальные игры, сенсорное развитие, ознакомление с окружающим, подвижные игры, физкультурные упражнения, знакомство с художественной литературой.

Цель программы – оказание помощи детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Задачи программы:

Оздоровительные:

- Обеспечить полноценное физическое развитие детей, своевременное овладение ими основными движениями и гигиеническими навыками, используя здоровьесберегающие принципы организации и проведения воспитательно-образовательного процесса.
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, обеспечивающее эмоциональное благополучие и учет индивидуальных возможностей детей.

Образовательные:

- вызвать у детей радость от общения с окружающими;
- побуждать детей к самостоятельной деятельности;
- формировать такие качества личности: коммуникативность, инициативность;
- формировать основы знаний и навыков безопасного поведения в быту и в обществе;
- расширять кругозор детей, знакомя с окружающими предметами, явлениями;
- обращать внимание на объекты и явления окружающей природы, выделять их свойства, форму, строение и цвет.

Воспитательные:

- Способствовать благоприятной адаптации малышей к новым социальным условиям, установлению доброжелательных отношений, к сверстникам, к окружающим взрослым.
- Способствовать устойчивости эмоционально-положительного самочувствия и активности каждого ребёнка
- Способствовать развитию познавательной активности детей, развивать интерес к сотрудничеству, произвольность, способность к творческому самовыражению через участие в игровой и продуктивной деятельности.
- Обеспечивать потребности населения в получении дошкольного образования детьми, не посещающими детский сад;
- Развивать любознательность;
- Обеспечивать комфортные условия пребывания в ДОУ.

Для родителей:

- оказывать консультативную помощь семьям, воспитывающим детей дошкольного возраста;
- формировать партнерские отношения семьи и дошкольного образовательного учреждения в вопросах воспитания и развития детей дошкольного возраста;
- способствовать формированию адекватных родительских представлений о возрастных особенностях ребёнка и соответствующих способах его развития.

Основная задача игр в адаптационный период — формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Практическая реализация

Данная программа реализуется воспитателями на групповых, индивидуальных видах образовательной деятельности, в совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей.

Характеристика форм работы с детьми:

Вся работа проводится в игровой форме и по разным направлениям.

Образовательный процесс сочетает в себе те виды деятельности, которые свойственны детям и получают развитие в дошкольном возрасте:

Игровая деятельность (развивающие, сенсорные, дидактические игры, игры с правилами, сюжетно-ролевые и театрализованные игры);

Продуктивная деятельность (художественно - изобразительная, конструирование, ручной труд);

Двигательная деятельность (подвижные игры, физические упражнения, пальчиковые игры)

Коммуникативная деятельность (свободное общение с педагогом и со сверстниками); фольклор, художественная литература

Элементы трудовой деятельности (самообслуживание, трудовые поручения).

Примерная схема организации образовательной деятельности:

Ведущей формой обучения во всех разделах учебно-познавательной деятельности дошкольников являются игровые технологии. Именно поэтому познавательный материал представлен в виде игровых заданий, содержит потешки, сказки, стихи.

Вся образовательная среда работает на то, чтобы дети легко прошли адаптационный период.

Необходимым условием организации образовательной деятельности с дошкольниками, является психологическая комфортность детей, обеспечивающая их эмоциональное благополучие. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

Ожидаемый результат

Итогом реализации программы должны стать следующие показатели:

- 1. Безболезненное протекание у детей процесса адаптации к условиям детского сада.
- 2. Осознанное отношение родителей к личностному развитию детей младшего дошкольного возраста.
- 3. Проявление позитивного настроя у детей в момент прихода в ДОУ.

Методические рекомендации педагогам, реализующим программу:

Программа реализуется в адаптационный период пребывания детей в детском саду ,поэтому при её реализации необходимо обратить внимание на следующие аспекты:

- 1. Группа детей для адаптированных занятий не постоянна. Дети в неё включаются по мере поступления их в ДОУ, поэтому игровое упражнение «Давайте знакомиться» повторяется при поступлении каждого нового ребенка.
- 2. Занятия проводятся в игровой форме и требуют полного включения педагогов в игровую деятельность на правах полноправных партнеров.
- 3. Непосредственным участником всех занятий выступает кукла Аля. которая тоже пришла в детский сад.
- 4.Основная часть занятия не имеет чёткой структуры, что позволяет варьировать количество и последовательность игрового материала в зависимости от ситуации и реакции детей, но это не должно нарушать игрового сюжета занятия.
- 5. Поощряется любое участие детей на занятии ,даже пассивное.

Формы контроля:

- 1. Анкетирование родителей по определению предварительного прогноза готовности ребенка посещать ДОУ(приложение 1);
- 2. Наблюдение за поведенческими реакциями детей в течении дня, в период адаптации с последующим заполнением листов адаптации(приложение2);
- 3. Анкетирование родителей с целью выявления степени адаптации (приложение 3);
- 4. Аналитическая справка по итогам адаптационного периода. (Приложение 4)

Итогом работы является положительная динамика в развитии детских видов деятельности, успешная адаптация к условиям детского сада.

Этапы работы по программе:

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей к ДОУ предполагает всестороннюю деятельность педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (диагностика, консультирование, просвещение) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

Работа по программе осуществляется поэтапно.

І этап: подготовительный

Цель – прогнозирование хода адаптации детей, разработка мер поддержки.

Предполагает мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов, просвещение родителей, сбор информации о детях.

II этап: основной

Цель — обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, благоприятного психологического климата в адаптационной группе.

Предполагает осуществление систематических наблюдений за поведением детей, заполнение листов адаптации, проведение комплекса адаптационных игр, консультирование родителей и педагогов при возникновении затруднений, педагогическое просвещение. Оказание помощи детям на данном этапе предполагает широкое использование индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятию излишнего эмоционального возбуждения.

III этап: заключительный

Цель – анализ хода процесса адаптации детей к условиям ДОУ, формулировка выводов.

Сроки	Работа с детьми	Работа с	Работа с
		родителями	педагогами
	c I	тап: подготовительный	
Июнь	1) Определение прогноза течения адаптации; 2) разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей;	-Анкетирование родителей по определению предварительного прогноза готовности ребенка посещать ДОУ. педагогическое просвещение: - создание информационной папки «Адаптация к ДОУ»; - создание памяток для родителей «Как подготовить ребенка к детскому саду»;	1) Педагогическое просвещение: - консультация для воспитателей «Планирование работы в адаптационный период»; «Роль воспитателя в сохранении физического и психического здоровья детей дошкольного возраста в адаптационный период» 2) участие совместно с администрацией ДОУ в составлении подвижного графика поступления детей в группу; 3) помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.
Июль-	1) систематические	этап: основной 1) индивидуальное	1) wayyayyy mynanayyya wa
август	наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса; 2) заполнение листов адаптации; 3) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационной группе.	консультирование по запросу родителей; 2) подготовка рекомендаций, памяток; 3) стендовая информация в уголках групп.	1) консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса: «О личностном подходе в период адаптации для детей младшего возраста» «Игровая деятельность с детьми в адаптационный период». 2) совместная оценка ситуации;

Ш этап:	заключительный	3) помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям; 4) рефлексия собственной деятельности.
Сентяб 1) наблюдение за рь эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-	заключительный 1) индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДОУ.	1) составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса; 2) разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.

Тематический план

No	Тема	Количество часов	
1	«Пузыри»	15 мин	
2	«Самолет построим сами»	15 мин	
3	«Зайка серенький сидит»	15 мин	
4	«Самолет»	15 мин	
5	«Мы едем,едем,едем»	15 мин	
6	«Поезд»	15 мин	
7	«Сороконожка»	15 мин	
8	«Бабочки»	15 мин	
9	«В гостях у куклы Али»	15 мин	
10	«Кукла Аля заболела»	15 мин	
11	«День рождения куклы Али»	15 мин	
12	«Погремушки»	15 мин	
13	«Дождик»	15 мин	
14	«Дружные ребята»	15 мин	
Итог	того 4 часа		

Содержание занятий

№	Тема	Примерная структура занятий			
1	«Пузыри»	Сюрпризный	Игровое упражнение	Игра на	Переход на
		момент:	на снятие	сплочение	другой вид
		Приход куклы	эмоционального	«Пузырь»	деятельности
		Али; игра	напряжения		
		«Знакомство»	«Мыльные пузыри»		

2	«Самолет построим сами»	Сюрпризный момент: приход	Игры-имитации «Самолет», «У моря»	Переход на другой вид	E.
3	«Зайка серенький сидит»	куклы Али Сюрпризный момент: приход куклы Али со Степашкой; игра «Знакомство»	Игра-имитация «Зайка серенький сидит»	деятельности Переход на другой вид деятельности	
4	«Самолет»	Сюрпризный момент: приход куклы Али	Игры-имитации «Самолет», «На лугу»	Пальчиковая игра «Пальчик-пальчик»	Переход на другой вид деятельности
5	«Мы едем,едем,едем»	Сюрпризный момент: приход куклы Али	Игры-имитации «Машина», «Бабушка Варвара», игра «Знакомство»	Переход на другой вид деятельности	Actions
6	«Поезд»	Сюрпризный момент: приход куклы Али, Аля приглашает в путешествие на поезде	Игра-имитация «Зайка серенький сидит», «Паровоз», «Разные животные»	Переход на другой вид деятельности	
7	«Сороконожка»	Сюрпризный момент: приход куклы Али	Игра на сплочение коллектива «Сороконожка»	Игра на снятие эмоциональног о напряжения «Разноцветные мячи»	Переход на другой вид деятельности
8	«Бабочки»	Сюрпризный момент: прилетели бабочки	Рисование «Наряды для бабочек»	Игра-имитация «Бабочки»	Переход на другой вид деятельности
9	«В гостях у куклы Али»	Сюрпризный момент: кукла Аля ждет гостей	Сюжетно-ролева игра «В гостях у куклы Али»	«Игра- имитация «Кукла с мишкою»	Переход на другой вид деятельности
10	«Кукла Аля заболела»	Сюрпризный момент: кукла Аля заболела	Сюжетно-ролева игра «Вылечим куклу Алю»	Рисование «Малинка»	Переход на другой вид деятельности
11	«День рождения куклы Али»	Сюрпризный момент: кукла Аля нарядная	Сюжетно-ролева игра «День рождения куклы Али»	Игра на сплочение коллектива «Каравай»	Переход на другой вид деятельности
12	«Дождик»	Сюрпризный момент: кукла Аля загрустила	Рисование «Сапожки»	Игра на сплочение коллектива «Солнышко и дождик»	Переход на другой вид деятельности
13	«Погремушки»	Сюрпризный момент: чудесный мешочек	Игра на раскрепощение «Погремушки»	Переход на другой вид деятельности	
14	«Дружные ребята»	Сюрпризный момент: кукла Аля приглашает ребят на спектакль	Кукольный спектакль «Колобок»	Игра на сплочение коллектива «Пузырь», «Шары»	Переход на другой вид деятельности

Листы адаптации

Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?

Ф.И. ребенка 1. Какое настроение преобладает у ребенка? а) весёлое, активное б) спокойное, устойчивое в) подавленное, пассивное г) раздражительное, неустойчивое 2. Как ребенок засыпает? а) быстро б) скорее быстро, чем медленно в) скорее медленно, чем быстро г) медленно 3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул? а) мне приходится прикладывать много усилий б) мне приходится, так или иначе, прикладывать усилия в) ребенок засыпает без моей помощи 4. Какова продолжительность дневного сна ребенка? а) менее часа б) 1 - 2 часа в) 2,5-3 часа г) более 3 часов 5. Какой аппетит у Вашего ребенка? а) хороший б) скорее хороший, чем плохой в) скорее плохой, чем хороший г) плохой 6. Даёт ли вам знать ваш ребёнок, когда ему нужно в туалет? а) да, он всегда просится б) иногда не успевает, но в целом часто просится в) редко просится, часто не успевает г) никогда не просится 7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки? а) есть (сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, и т.д.) б) нет отрицательных привычек 8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке? а) да б) скорее да, чем нет в) скорее нет, чем да г) нет 9. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых? а) да

б) скорее да, чем нет в) скорее нет, чем да

г) нет

10. Насколько самостоятельно играет Ваш ребенок?

- а) часто играет самостоятельно
- б) иногда играет самостоятельно
- в) не играет самостоятельно

11. Взаимоотношения со взрослыми:

- а) легко идет на контакт
- б) контактирует избирательно
- в) не идёт на контакт

12. Взаимоотношения с детьми:

- а) легко идет на контакт
- б) контактирует избирательно
- в) не идёт на контакт

13. Отношение к занятиям (внимателен, усидчив, активен)?

- а) да
- б) скорее да, чем нет
- в) скорее нет, чем да
- г) нет

14. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?

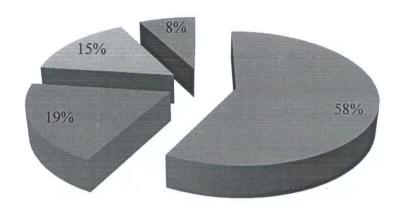
- а) да
- б) нет

15. Есть ли у ребёнка чрезмерная привязанность к кому-либо из взрослых?

- а) да
- б) нет

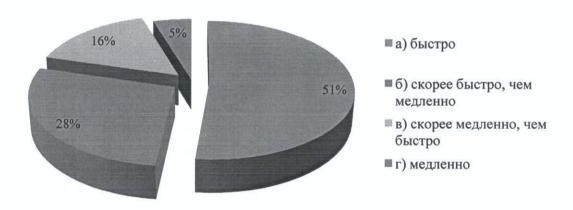
1. Какое настроение преобладает у ребенка?

- а) весёлое, активное
- ■б) спокойное, устойчивое
- в) подавленное, пассивное
- г) раздражительное, неустойчивое



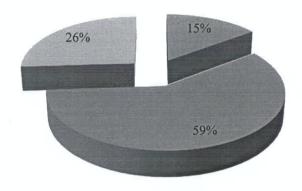
Большинство родителей отметили, что у их ребёнка преобладает весёлое, активное настроение (58%). Как правило, детям с таким настроением значительно проще проходить процесс адаптации в новых условиях, в данном случае — в детском саду. Детям, у которых преобладает подавленное, пассивное(15%) или раздражительное, неустойчивое настроение(8%), будет гораздо сложнее приспособиться к новой жизни в детском саду.

2. Как ребенок засыпает?



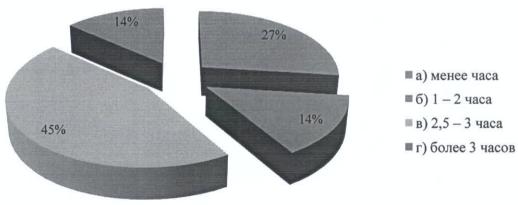
Подавляющее большинство родителей выбрали варианты ответа а) и б), соответственно, 79 % детей не имеют проблем с засыпанием.

3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

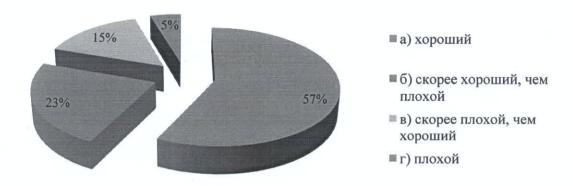


- a) мне приходится прикладывать много усилий
- б) мне приходится, так или иначе, прикладывать усилия
- в) ребенок засыпает без моей помощи

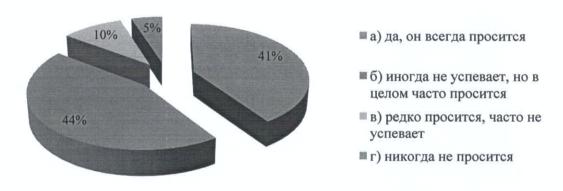
4. Какова продолжительность дневного сна ребенка?



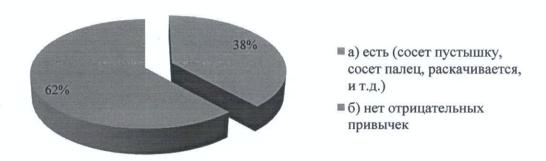
5. Какой аппетит у Вашего ребенка?



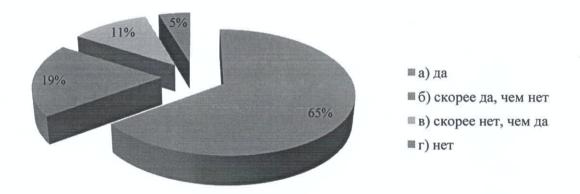
6. Даёт ли вам знать ваш ребёнок, когда ему нужно в туалет?



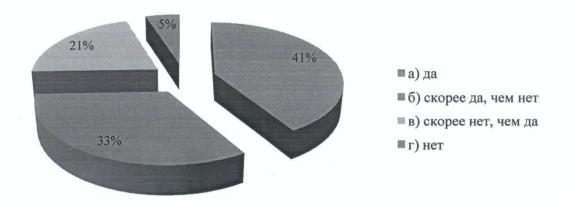
7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?



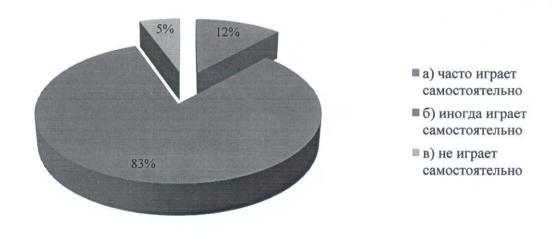
8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?



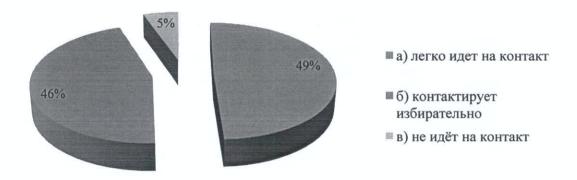
9. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых?



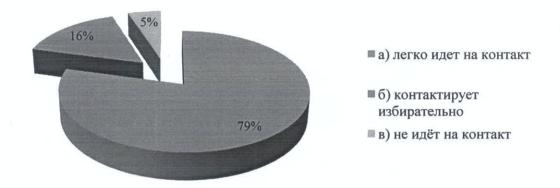
10. Насколько самостоятельно играет Ваш ребенок?



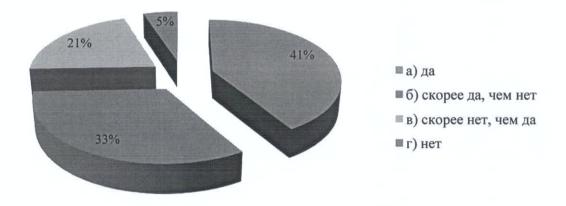
11. Взаимоотношения со взрослыми:



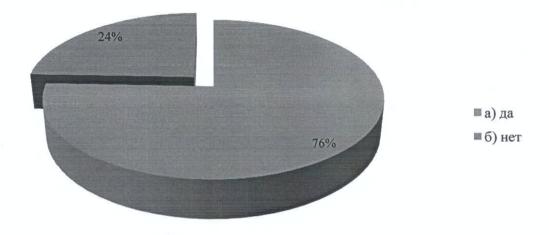
12. Взаимоотношения с детьми:



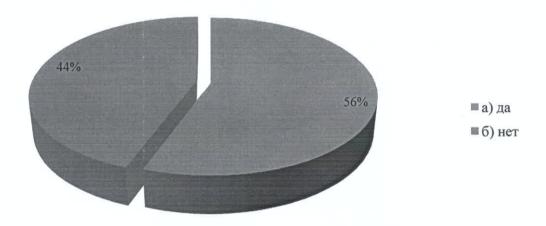
13. Отношение к занятиям (внимателен, усидчив, активен)?



14. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?



15. Есть ли у ребёнка чрезмерная привязанность к кому-либо из взрослых?



Выводы к анкете №1: Большинство родителей (56%) отметили, что у их ребёнка преобладает весёлое, активное настроение . Как правило, детям с таким настроением значительно проще проходить процесс адаптации в новых условиях. Обработав анкеты, можно сделать вывод о том, что большинство родителей считают своих детей готовыми к поступлению в детский сад, хотя у многих детей еще не сформированы культурно-гигиенические навыки, имеются проблемы с засыпанием, многие дети(35%) испытывают трудности в общении со сверстниками и взрослыми, имеет место быть вредным привычкам —сосание пальца, сосание соски, пользование бутылочкой, проблемы с туалетом; в основном, по мнению опрошенных респондентов, дети готовы посещать дошкольное учреждение. Некоторые родители(25%) возлагают большие надежды на детский сад, по их мнению, общаться со взрослыми, научат всему и отучат от соски в детском саду. Поэтому можно предположить, что могут встретится дети со средней и тяжелой степенью адаптации, а в целом прогноз благоприятный.

Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на вопросы данной анкеты.

ФИО писать не обязательно. Возле правильного ответа ставьте «+», а если затрудняетесь ответить, переходите к следующему вопросу.

Ваши соображения помогут организовать успешную адаптацию малышей, поступающих в наш детский сад, что-то изменить, на что-то посмотреть другими глазами.

- 1. Как прошла адаптация ребенка к детскому саду:
- А) ребенок адаптировался полностью
- Б) ребенок утром не хочет идти в детский сад
- В) ребенок иногда не хочет идти в детский сад
- Г) ребенок вечером изъявляет желание еще поиграть в детском саду
- 2. Как протекала адаптация Вашего малыша к детскому саду?

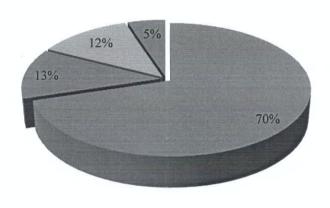
Ребенок шел в детский сад:

- А) с плачем
- Б) с уговорами
- В) без эмоций
- Г) с удовольствием
- 3. Что, по Вашему мнению, повлияло на успешную адаптацию:
- А) действия всех сотрудников
- Б) совместные действия сотрудников и родителей
- В) действия родителей
- 4.Каким было поведение Вашего ребенка после первых дней посещения детского сада:
- А) обычным
- Б) отказывался от еды
- В) плохо засыпал
- Г) был сильно угнетен
- Д) полон впечатлений
- Е) все эти факторы имели место

5. Как Вы думаете, каковы пути	успешной адаптации к детскому саду? Что, на
Ваш взгляд, нужно изменить? Ч	то бы Вы хотели увидеть в детском саду? Ваши
пожелания	

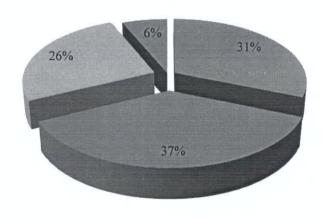
ожелания	· make a L. Amaria	
пасибо!		

1. Как прошла адаптация ребенка к детскому саду:



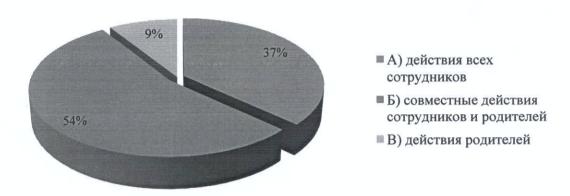
- A) ребенок адаптировался полностью
- Б) ребенок утром не хочет идти в детский сад
- В) ребенок иногда не хочет идти в детский сад
- Г) ребенок вечером изъявляет желание еще поиграть в детском саду

2. Как протекала адаптация Вашего малыша к детскому саду? Ребёнок шёл в детский сад:

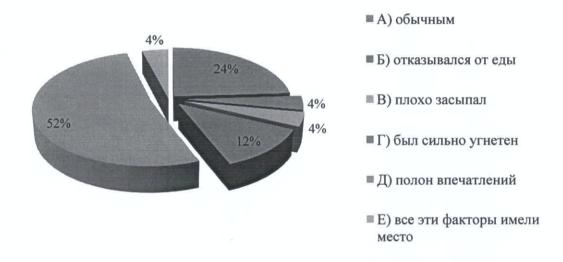


- А) с плачем
- Б) с уговорами
- В) без эмоций
- ■Г) с удовольствием

3. Что, по Вашему мнению, повлияло на успешную адаптацию:



4. Каким было поведение Вашего ребенка после первых дней посещения детского сада:



Вывод к анкете№2 70% респондентов отмечают успешную адаптацию дошкольников к детскому саду.12% (1 ребенок) не испытывает желание ходить в детский сад. У ребенка тяжелая степень адаптации, поэтому необходима дополнительная работа по адаптации к условиям детского сада.54% родителей считают успехом адаптационного периода-слаженая работа персонала детского сада и родительского коллектива. В целом адаптация младших дошкольников прошла успешно.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ МАРШРУТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ТЯЖЕЛОЙ АДАПТАЦИЕЙ.

ЦЕЛЬ ИНДИВИДУАЛЬНОГО МАРШРУТА:

Создание оптимальных условий для успешной адаптации детей с психо-эмоциональным напряжением к условиям дошкольного учреждения.

ЗАДАЧИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО МАРШРУТА:

- 1. Сохранение, укрепление и формирование здоровья ребёнка путём оптимальной организации педагогического процесса; создания условий для игровой деятельности и двигательной активности; привития культурно-гигиенических навыков, основ здорового образа жизни.
- 2. Формирование положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной деятельности, направленной на ознакомление с объектами ближайшего окружения.
- 3. Передача социального опыта игры, основ коммуникации.
- 4. Создание единого образовательного пространства на основе формирования доверительных партнёрских отношений на основе использования оптимальных форм взаимодействия сотрудников ДОУ с родителями детей младшего дошкольного возраста.

Воспитатель организует проведение цикла игровых занятий с целью снижения психоэмоционального напряжения дошкольника.

Цель цикла занятий – оказание помощи детям с тяжелой адаптацией к условиям дошкольного образовательного учреждения. Занятия с детьми с тяжелой адаптацией проводятся 2 раза в неделю. Основные задачи занятий:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения, страхов, тревоги, агрессии, развитие эипатии, внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений; развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Примерное перспективное планирование занятий с целью снижения психо-эмоционального напряжения для детей с тяжелой элаптанией в МОУ Летский сал №95

№	Тема занятия	Цель занятия	Материалы
1	«Божья	- создание положительного	игрушечная божья коровка,
	коровка»	эмоционального настроя;	большие и маленькие машинки,
	1 - 10 70 671 0	-снятие мышечного напряжения	матрешки, куклы, кубики и т.п.
		- развитие координации движений,	200
		общей и мелкой моторики, ориентации	
		в собственном теле;	
		- развитие зрительного восприятия	
		(цвета, формы, размера предметов);	
		- развитие внимания, речи и	
		воображения.	
2	«Летний	- создание атмосферы эмоциональной	большой зонт; магнитофон,
	дождь»	безопасности;	кассета с записью шума дождя,
		- снятие эмоционального и мышечного	кассета с записью медленной
		напряжения;	спокойной музыки.
		- снижение импульсивности,	
		повышенной двигательной активности;	
		- развитие слухового внимания,	
		произвольности, быстроты реакций;	
		- развитие речи, воображения,	
		творческих способностей.	-
3	«Мячик»	- развитие умения взаимодействовать	большой мяч; матерчатый
		со сверстниками;	мешочек, маленький
		- повышение эмоционального тонуса;	пластмассовый мяч и
		- развитие чувства ритма, координации	пластмассовый кубик
		движений;	(соразмерные по величине)
<i>i</i>		- развитие ориентации в пространстве;	
		- обучение отражению в речи своего	

	ic	местонахождения, местонахождения других детей, предметов; - развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.	
4	«Прогулка в лес»	 развитие эмпатии; развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию; снижение излишней двигательной активности; обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету; развитие общей моторики; развитие памяти, речи и воображения. 	картина или фотография «Лес»; игрушечный ежик; игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь.
5	«Веселый Зайчонок»	 - развитие умения согласовывать свои действия с правилами игры, с ритмом стиха; - закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка – мальчик); - закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); - развитие общей и мелкой моторики; - развитие восприятия, речи и воображения. 	игрушка (зайчик) игрушечный паровозик, с привязанной к нему длинной лентой; бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика); бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки); обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета; мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка)
6	«Мячики»	 развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера); снятие эмоционального и мышечного напряжения; развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха; развитие ориентации в собственном теле; развитие общей и мелкой моторики; развитие зрительного восприятия, речи и воображения. 	большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); магнитофон, кассета с записью спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии
7	«Зайка»	- создание положительного эмоционального настроя; - развитие умения подражать движениям взрослого; - развитие координации движений, общей и мелкой моторики; - развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; - снижение излишней двигательной активности, импульсивности; - развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	мягкие игрушки: заяц и лиса; кассета с записью веселой плясовой музыки; матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей
8	«Мыльные пузыри»	- создание положительного эмоционального настроя; - развитие умения подражать	набор для выдувания мыльных пузырей; магнитофон, кассета с записью плавной мелодии; мячи;)

		движениям взрослого; - развитие координации движений,	
		общей и мелкой моторики;	
		- снижение излишней двигательной	
		активности, импульсивности;	
		- развитие тактильного восприятия,	1
		внимания, речи и воображения.	
9	«Мишка»	развитие эмпатии;	игрушечный медвежонок;
	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	- снятие эмоционального и мышечного	магнитофон, кассета с записью
		напряжения, тревожности;	пения птиц
		- развитие умения согласовывать свои	
		действия других детей, с ритмом	
		стиха, с правилами игры;	
		- развитие координации движений,	
		общей и мелкой моторики;	
		- развитие внимания, речи и	
		воображения.	
10	«Непослушные	- преодоление упрямства, негативизма	игрушечная мышка; розовый и
	мышата»	в период кризиса трех лет;	черный косметические
		- формирование положительной	карандаши; большие игрушечные
		самооценки;	часы;
		-снятие тревожности	магнитофон, кассета с записью
		- развитие слухового внимания,	плясовой музыки
		быстроты реакции;	
		- развитие общей и мелкой моторики;	
		- развитие чувства юмора, речи и	
		воображения.	
11	«Колобок»	- развитие эмпатии, обучение детей	куклы бибабо (персонажи сказки
		навыкам сотрудничества;	«Приключения Колобка»);
		- снятие страхов перед сказочными	матерчатый мешочек; фрукт и
		героями;	овощ; пластилиновый шарик (для
		- развитие общей и мелкой моторики,	каждого ребенка); дидактический
		координации движений;	набор «Мисочки»; деревянные
		- развитие восприятия (вкусового,	игрушки: грибок, шарик, кубик
		тактильного, зрительного,	(соразмерные по величине)
		обонятельного);	
		- развитие пространственных	
		представлений;	
		- развитие внимания, речи и	
		воображения.	
12	«Котята»	- формирование положительной	магнитофон, кассета «Голоса
		самооценки;	животных и птиц»; желтые,
		- развитие стремления сопереживать,	красные, синие, зеленые бабочки
		помогать, поддерживать друг друга;	размером с детскую ладошку (по
		- снятие мышечного напряжения;	количеству детей); игрушки или
		- развитие умения выражать эмоции	предметные картинки желтого,
		(страх, грусть и радость);	красного, синего и зеленого цвета
		- развитие слухового восприятия,	
		умения воспроизводить услышанные	
		звуки;	
		- развитие моторики, координации	
		движений, ориентации в собственном	
		теле;	
		- развитие пространственных	
		представлений;	
		- развитие внимания, речи и	
		воображения.	

Занятие 13. Наливаем, выливаем, сравниваем.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Развитие, общей и мелкой моторики, зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов) внимания, речи и воображения в процессе игр и игровых упражнений.

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- собрать одной рукой, например, бусинки, а другой камушки;
- приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения — около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растирать полотенцем в течении одной минуты.

Занятие 14. Рисунки на песке.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Развитие мелкой моторики рук.

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками

Занятие 15. Разговор с игрушкой.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Снятие мышечного напряжения; развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость. Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать

Занятие 16. Летающий шарик.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Дыхательная гимнастика воздушная струя.

Как вы думаете, можно ли бумажный шарик вдуть в бутылку?

Скомкайте небольшой кусочек газеты в шарик. Положите бумажный комочек в горлышко пластиковой бутылки и сильно дуньте на него. Парадокс, но шарик полетит не внутрь бутылки, а наружу.

Это происходит потому, что вдуваемый воздух обтекает шарик и в бутылке повышается давление воздуха. Этот воздух и выталкивает.

Занятие 17. Игра с крупой.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- развитие согласованности движений.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.

Усядьтесь с мальшом на полу. Поставьте перед собой чашки, наполненные крупой. Подойдут для этого и овсяные хлопья. Начинаем пересыпать хлопья из одной чашки в другую. Теперь разрешите ему попробовать самостоятельно сделать это. Мальшам требуется масса времени, чтобы, занимаясь этим делом добиться наконец успеха. Им, между прочим, также очень нравится есть рассыпанные крупинки или хлопья.

Занятие 18. Выше ноги.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- умение соблюдать равновесие.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры
- Снижение импульсивности, повышенной двигательной активности

Малышу трудно сохранять равновесие, и это упражнение поможет ему преодолеть трудности. Положите на пол несколько игрушек в ряд. (очень хороши для этого кубики) Возьмите малыша за руку и идите вместе с ним. Когда он подойдет к игрушкам, ему нужно будет приподнять ножку, чтобы перешагнуть через них. Научите ребенка перешагивать. Ему понравится такая игра, а между тем она прекрасно тренерует мышцы ног. Как только малыш научится с легкостью перешагивать через кубики, возьмите другие игрушки или коробки, лишь бы они были чуть выше прежних. Это позволит малышу достичь новых успехов.

Занятие 19. Парные вещи.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- умение находить парные предметы.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.

Соберите несколько пар обуви. Возьмите один ботинок, а остальные отложите в сторону. Дайте выбранный ботинок ребенку и скажите ему, чтобы он нашел другой такой же в куче обуви. Если малышу трудно это будет сделать, помогите ему. Например, обратите его внимание на особенности ботинок, в частности на шнурки, внешний вид, цвет, форму и т.п., чтобы ему помочь понять, что их объединяет. Дайте ему другой ботинок из кучи обуви и посмотрите сумеет ли он найти ему пару. Со временем малыш будет это делать без затруднений.

Занятие 20. Повторялки (великолепная игра для возбудимого ребенка).

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Повторение по подражанию.
- Снятие эмоционального напряжения и агрессии; снижение излишней двигательной активности, импульсивности.

Встаньте с ребенком перед зеркалом и скажите: «Посмотри на прелестного малыша». Пока ребенок смотрит в зеркало. Придавайте своему лицу, отражающемуся в зеркале, разные выражения. Ребенок захочет скопировать. Возьмите руку ребенка и скажите: «Видишь ручку малыша?» Проделайте тоже самое с другими частями тела ребенка. Поцелуйте ребенка, поцелуйте свое отражение, подмигните, поиграйте в «куку».

Занятие 21. Кубики из пакетов 1.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.
- развитие творческого начала.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Снижение импульсивности, повышенной двигательной активности

Попросите ребенка, чтобы он помог вам смять и скомкать газеты, а затем засунуть их в бумажный пакет. Когда пакеты заполнятся, завяжите их ленточкой. Вместе с малышом придумывайте разные способы использования таких кубиков: кладите их один на другой, сделайте из них круг, бросайте их назад и вперед. Нарисуйте на пакетах забавные рожицы и превратите их в актеров кукольного театра.

Занятие 22. Кубики из пакетов 2.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Снижение импульсивности, повышенной двигательной активности

Когда ребенок научится сминать и складывать бумагу в пакет, переходим к более сложным играм с бумажными кубиками. Они мягки. Безопасны и побуждают к творческой активности. Кладите их себе на голову, на спину, на живот. Лежа на спине с поднятыми ногами, балансируйте мешочками. Бросайте их в какой ни будь предмет.

Занятие 23. Волшебная смесь.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка
- Развитие наблюдательности.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.
- Снятие эмоционального напряжения и агрессии; снижение излишней двигательной активности, импульсивности.

Возьмите кукурузный крахмал, добавьте воды и размешайте, чтобы полученная масса имела консистенцию теста для выпечки хлеба. Скажите малышу: «Давай посидим тихо и посмотрим фокус». Если скатать массу, она примет форму шара. Если оставить ее лежать неподвижно, то она станет жидкой. Спойте малышу песенку на любой мотив, пока вы скатываете из крахмала шар: «Смеси волшебной немного возьмем,

Шарик скатаем и песню споем.

А тот, кто тихонько потом подождет,

Увидит, как шарик вдруг пропадет».

Занятие 24. Открывание банок.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка
- Развитие согласованности движений.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.

Соберите несколько пластиковых банок с крышками. Все они должны быть небольшого размера, чтобы маленькие руки ребенка смогли их открыть. В каждую из банок положите по яркой игрушке. Закройте крышки и позвольте их открыть. Пронаблюдайте с какой баночки начнет ребенок. Сделайте вывод: понравился цвет или игрушка.

Занятие 25. Разверни игрушку.

Цель:

- Создание положительного эмоционального настроя у ребенка
- развитие согласованности движений и мелкой моторики рук.
- Формирование умения действовать соответственно правилам игры.

Заверните игрушку в любую бумагу: папиросную, фольгу, оберточную, газетную, причем у него на глазах. Дайте завернутую игрушку малышу, чтобы он снял с не бумагу. Он окажется, полностью захвачен этим усилием, причем шорох бумаги может взволновать его сильнее, чем сама игрушка. Играйте до тех пор, пока ребенок не утомится.

Направления работы с родителями:

- 1. Повышение психолого-педагогических знаний родителей.
- 2. Создание мотивации на сотрудничество с педагогами ДОУ.
- 3. Вооружение адекватными приемами взаимодействия с детьми.

Для улучшения детско-родительских отношений планируются разные формы работы с родителями: беседы, консультации, родительские собрания.

Работа с родителями.

Беседа: «Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад?»

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Например, родителям я рекомендую стараться как можно чаще самим отводить ребенка в детский сад или забирать оттуда. Если он обедает в саду, следует внимательнее отнестись к ужину, а в выходной день можно составить меню по желанию ребенка. Проявлять как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; пюбознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям.

В первое время ребенок может сильно уставать в детском саду: новые впечатления, новые друзья, новая деятельность, большое количество народа. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это еще не значит, что его адаптация проходит тяжело. Просто необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму.

Беседа: «Чем может помочь мама ребенку».

Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш, и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребенку требуется «отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером. Не отучайте ребенка от «дурных» привычек (например от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему малыша. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка! Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру). Дайте в сад небольшую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете «проиграть» с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно все это и затевается, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернется.

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама — спокоен малыш. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается. И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду — раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением. Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода.

Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания! У вас должен быть свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

Беседа с родителями: « 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. Лучше еще раз скажите, что вы его очень любите и обязательно придете за ним.

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

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

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

Поступление в сад — это момент отделения ребенка от родителей, и это испытание для всех. Будьте готовы, наберитесь терпения, уважаемые родители, и адаптация вашего ребенка пройдет безболезненно как для него, так и для вас!

Беседа с мамой: «Помощь нужна еще и маме!»

Когда речь идет об адаптации ребенка к саду, очень много говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но «за кадром» остается один очень важный человек - мама, которая находится в не меньшем стрессе и переживаниях! Она тоже остро нуждается в помощи и почти никогда ее не получает. Часто мамы не понимают, что с ними происходит, и пытаются игнорировать свои эмоции. Но не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства, и в данном случае они являются естественными. Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвется» сердце, когда она видит, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад. Чтобы помочь себе, нужно: быть уверенной, что посещение сада действительно нужно семье. Важно поверить, что малыш на самом деле вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком - с вами! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установился режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. Плач – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье». Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь, воспользоваться помощью. В саду есть педагог, и этот специалист может помочь не только (и не столько!) ребенку, сколько его маме, рассказав о том, как проходит адаптация, уверив, что в саду действительно работают люди, внимательные к детям. Иногда маме очень нужно знать, что ее ребенок быстро успокаивается после ее ухода, и такую информацию может дать психолог, наблюдающий за детьми в процессе адаптации, и воспитатель, заручиться поддержкой. Вокруг вас мамы, переживающие те же чувства в этот период. Поддерживайте друг друга, узнайте, какие «ноухау» есть у каждой из вас в деле помощи малышу. Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя.

Теперь, когда вы знаете, что многие негативные проявления в поведении ребенка являются нормальным проявлением процесса адаптации, вам нужно понять: очень скоро они начнут уменьшаться, а потом и вовсе сойдут на «нет». Через некоторое время вы с удивлением, а потом и гордостью начнете отмечать, что малыш стал гораздо самостоятельнее и приобрел много полезных навыков.

Адаптация закончена, если:

- у ребенка стабильное положительное психо эмоциональное состояние в течение недели, т.е. ребенок в основном пребывает в хорошем настроении, активно играет, взаимодействует с взрослыми и сверстниками, соблюдает режим дня, хорошо кушает и спокойно спит;
- у него отсутствуют заболевания;
- есть динамика массы тела;
- динамика психомоторного развития

Эмоциональный портрет Чопорова Алексея ,нуждающегося в индивидуальном маршруте. Отрицательные эмоции - как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, в том числе и у Алеши впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу. Проявления у ребенка были различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш был подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть, и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы, о сне вообще не стоит говорить... И вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая "белку в колесе". Как вихрь вырывается из рук нянь или меня и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по нескольку раз в день. Довольно часто он выражал свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного.

В палитру плача входил также и "плач за компанию", которым уже почти адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает "новичков", пришедших в группу, и составляет "плачущий дуэт" или же

просто подпевает в хоре. Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у Вани держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.

Страх - обычный спутник отрицательных эмоций, их "сослуживец", "компаньон" и "друг". Навряд ли вам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится того, что родители забудут о нем, уйдя из сада на работу. Очень часто родители невольно сами провоцируют его глобальный страх. И этот страх - источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций

Социальные контакты. В первые дни нахождения в дошкольном учреждении у Алеши утратилось это свойство. Он замкнут и нелюдим, все время проводят лишь в "гордом одиночестве". Часто Алеша обычно, плача, подбегает к воспитателю, хватает за руку, пытается тянуть к входной двери и хочет, чтобы его отвели домой. Малыш готов пойти на компромисс с няней или медсестрой. Пусть не домой, но только чтобы увели его из группы, чтобы забрали поскорей от этих не умеющих вести себя детей. Нет, он не хочет и не может дружить с ними.

Познавательная деятельность - обычно верный "друг" всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. Алеша впервые придя в детский сад, не интересовался игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хотелось знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним.

Социальные навыки. Под прессом стресса Алеша изменился настолько, что «растерял» почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома (со слов родителей). Его приходится кормить из ложечки и умывать, как младенца. Он "не умеет" одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Ну, словом, маленький дикарь.

Особенности речи. Словарный запас Алеши скудный. При разговоре с педагогами лишь употребляет младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. В ответах на вопросы - "телеграфный стиль". Такая речь- итог тяжелой адаптации.

Двигательная активность. Алеша сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако педагоги все-таки стараются не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

Аппетит. Аппетит у Алеши отсутствовал иногда совсем, как будто бы ребенок объявил голодовку. Начал принимать пищу только спустя 1,5 месяца.