

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 223 «Лебедушка»**



ПРОГРАММА

**по адаптации детей раннего возраста
к условиям дошкольной образовательной организации**

«Добро пожаловать, малыш!»

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад
комбинированного вида №223 «Лебедушка»
(срок реализации – 4 недели)**

Авторы:

Евдошенко Оксана Александровна – заведующий

Овчарова Оксана Владимировна – старший воспитатель

Бочкарева Наталья Васильевна – педагог-психолог

Попкова Ирина Вячеславовна – музыкальный руководитель

г. Краснодар, 2018г.

Содержание

1 Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка	2
- направленность программы	2
-актуальность программы.....	2
- новизна программы	2
1.2. Цели и задачи реализации Программы.....	2
1.3. Нормативно-правовое обеспечение.....	3
1.4. Планируемые результаты реализации программы.....	3

2. Содержательный раздел

2.1.Работа с родителями (законными представителями).....	4
- цель работы.....	4
- задачи работы.....	4
- принципы работы.....	4
2.1.1. План работы с родителями (законными представителями).....	4
2.2.Работа с детьми раннего возраста в период адаптации к ДОО.....	6
<i>Первый этап (I неделя): «мы играем вместе с мамой».....</i>	<i>6</i>
<i>Второй этап (II неделя):«я играю сам, но мама близко».....</i>	<i>6</i>
<i>Третий этап (III, IV неделя): «я хожу в детский сад».....</i>	<i>6</i>
2.2.2. Примерный план работы с детьми в период адаптации к ДОО.....	7

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения программы.....	9
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	
Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.....	9
Список литературы.....	10

Приложение №1	
Приложение № 2	
Приложение № 3	
Приложение № 4	
Приложение №5	
Приложение № 6	
Приложение № 7	
Приложение № 8	

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Направленность программы:

В современном обществе человек постоянно вынужден приспосабливаться к изменениям окружающей среды: к новой работе, социальным изменениям в обществе, новым условиям жизни и деятельности. И порой психо-эмоциональные нагрузки, связанные с адаптацией к этим изменениям, даже у взрослых вызывают тревожные состояния, переживания и стресс. Особенно уязвимым для адаптации является ранний возраст, поскольку именно в этот период детства ребенок менее приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним, в этом возрасте адаптация к ДОО происходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями – этим и обусловлена **актуальность** программы по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО. Изменение условий жизни и необходимость выработки новых форм проведения требуют и от ребенка, и от взрослых больших усилий. И не всегда даже педагогически грамотные родители знают, как подготовить своего ребенка к посещению детского дошкольного учреждения и самим быть готовыми к этому. В соответствии с ФГОС ДО родители являются непосредственными участниками образовательного и воспитательного процесса, принимают активную позицию в жизни ДОО.

Срок реализации - 4 недели, наполняемость группы раннего возраста происходит постепенно: каждую неделю добавляются в группу вновь пришедшие дети по 8-10 человек.

Новизна программы состоит в том, что адаптация проходит по принципу преемственности форм и видов работы с детьми в дошкольной организации и дома. Родители детей раннего возраста имеют возможность вместе с детьми посещать ДОО в период адаптации и принимать активное участие в процессе социализации ребенка, что расширяет взаимодействие детской дошкольной организации и семьи. Родители имеют возможность получить квалифицированную консультативную помощь по развитию и воспитанию детей, снятию тревожности, связанной с процессом адаптации (работа Консультационного пункта для родителей (законных представителей) в рамках «Школы для родителей»)

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Цель: создание благоприятных условий социальной адаптации ребенка и их родителей (законных представителей) в условиях детского сада через установление партнерских отношений с семьями воспитанников, повышение компетентности родителей (законных представителей) по вопросам адаптации, воспитания и развития детей, снижение порога заболеваемости у в адаптационный период, что позволяет значительно облегчить адаптацию детей к ДОО, формировать у воспитанников положительный эмоциональный отклик, связанный с детским садом.

Задачи:

1. Помочь в преодолении стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
2. Обеспечить развитие навыков взаимодействия детей друг с другом с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка;
3. Обеспечить развитие игровых навыков, произвольного поведения;
4. Способствовать формированию активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей; повышать компетентности родителей в вопросе возрастной психологии дошкольников.

1.3. Нормативно-правовое обеспечение:

Нормативно-правовой базой для создания программы являются:

- Конвенция о правах ребенка;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Мин. Обр. науки РФ № 1155 от 17.10.2013г,
- Санитарно-эпидемиологические требования и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» (под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой и др.).

1. 4. Планируемые результаты реализации программы.

Длительность адаптации зависит от индивидуальных особенностей каждого ребенка, от правильного положительного настроя взрослых к адаптации детей. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптация проходит сравнительно легко и быстро.

Адаптационный период считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом
- Быстро засыпает, вовремя без капризов просыпается
- Эмоционально положительно общается с окружающими
- Играет

К окончанию адаптационного периода ожидается:

1. Адаптация ребенка к ДОО проходит в более легкой форме, сохранение у ребенка чувства защищенности и доверия, сокращение срока адаптации к условиям ДОО;
2. Повышение уровня педагогической компетенции родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, психологического комфорта, воспитания и развития детей раннего возраста в период адаптации.
3. Снижение уровня заболеваемости у детей в адаптационный период. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
4. Вовлечение родителей (законных представителей) в жизнь ДОО и установление партнерских отношений с семьями воспитанников;
5. Формирование у воспитанников положительных ассоциаций, связанных с ДОО.

2. Содержательный раздел программы.

2.1. Работа с родителями (законными представителями).

Цель работы: Снизить тревожность родителей, связанную с началом посещения ребенком ДОО, расширить психолого-педагогические знания родителей в вопросах возрастной детской психологии, особенностями поведения и взаимоотношения в период адаптации.

Задачи работы:

1. Проведение анкетирования родителей (законных представителей), сбор анкетных данных, необходимых для наполнения содержательного компонента программы (песенки, потешек, игр и т.д.) с целью преемственности ДОО и семьи.
2. Способствовать установлению между воспитателем и родителем доброжелательных партнерских взаимоотношений,
3. Консультирование, индивидуальные беседы - повышение психолого-педагогической компетенции родителей (законных представителей) в вопросах воспитания и развития детей раннего возраста в период адаптации.
4. Проведение тренингов и консультаций в рамках «Школы для родителей», которые способствуют овладению родителями (законными представителями) конструктивными способами взаимодействия с детьми, осознанию возможных проблем в системе родители-дети, дети-дети, а так же снятию напряжения и предупреждение стрессовой ситуации у родителей, связанной с определением детей в дошкольную организацию.
5. Размещение педагогического материала в родительском уголке и папках передвижках. Подбор специальной психолого-педагогической литературы по вопросу адаптации детей к детскому саду.
6. Выпуск памяток, информационных листов об особенностях данного возраста, рекомендуемых развивающих играх.
7. Информирование и просвещение родителей (законных представителей) посредством информационных ресурсов (официальный сайт дошкольной образовательной организации, раздел «Рекомендации специалистов»

При взаимодействии с родителями необходимо придерживаться следующих **принципов:**

-целенаправленность, систематичность, плановость;

-дифференцированный подход к взаимодействию с родителями с учетом специфики каждой семьи;

-доброжелательность, открытость.

2.1.1. План работы с родителями (законными представителями)

№ п/п	Проводимая работа	сроки	ответственный
1.	Прием ребенка в ДОО, заключение договора. Индивидуальные консультации по запросу родителей (законных представителей). Проведение родительского собрания для родителей вновь набираемых групп раннего возраста. Анкетирование «Давайте, познакомимся», «Любимые игры, песни, развлечения дома»	Подготовительный этап	Заведующий, старший воспитатель, педагог-психолог

	(Приложение №1) Составление картотеки игр, стишков, потешек, запись аудио каталога детских песенок. (Перечень материала индивидуален для каждой групповой ячейки)		
2.	Семинар-практикум «Адаптируемся вместе», памятка для родителей (Приложение №2) Памятка для родителей (законных представителей) «Адаптация ребенка к дошкольной образовательной организации»; (Приложение № 3) <i>Игра-тренинг</i> «Рады познакомиться» (педагог + родитель) (Приложение №4) Индивидуальные консультации по запросу родителей (законных представителей).	I неделя	Старший воспитатель, педагог –психолог, воспитатели групп раннего возраста.
3.	Консультация «Растим малыша здоровым». Практические рекомендации родителям (законным представителям) по оздоровлению детей при поступлении в ДОО. (Приложение №4) <i>Игра-тренинг</i> «Как научить ребенка...» (Приложение № 5) Тренинг «Потешки читаем, в игры играем, ребенку помогаем» (Приложение № 6) Индивидуальные консультации по запросу родителей (законных представителей).	II неделя	Старший воспитатель, педагог –психолог, воспитатели групп раннего возраста, медицинская сестра
4.	Семинар по сказкотерапии для родителей. Тренинг совместно с воспитателями (Приложение № 7) Тренинг «Родительские страхи и как их победить». (Приложение № 8) Индивидуальные консультации по запросу родителей (законных представителей).	III неделя	Старший воспитатель, педагог –психолог, воспитатели групп раннего возраста
5.	Тренинг «Способы снятия психического напряжения» (Приложение № 9) Семинар - практикум «Волшебный песок» Индивидуальные консультации по	IV неделя	Заведующий, старший воспитатель, педагог -психолог

	запросу родителей (законных представителей).		
--	--	--	--

2.2. Работа с детьми раннего возраста в период адаптации к ДОО.

Цель: создание благоприятных условий социальной адаптации ребенка в условиях детского сада, способствующих повышению его адаптационных возможностей, необходимых для дальнейшего развития.

Постепенная адаптация включает несколько этапов:

Первый этап (I неделя) «мы играем вместе с мамой».

Задачи первого этапа:

- закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю;
- способствовать эмоциональному восприятию сверстников; подробно познакомить с расположением помещений в группе.

Режим посещения:

Первые 2 дня - 2 часа, I половина дня с 09:00 – 11:00.

Последующие 3й -5й дни 2 часа, I половина дня с 09:00 – 11:00 и/или II половина дня с 16:00 – 18:00 (акцентировать внимание детей, что всех детей родители забирают домой)

На данном этапе мама и ребенок представляют собой единое целое. Мама является проводником и защитником ребенка. Она побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сама активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребенок не перестанет бояться и не начнет отходить от мамы. Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Мама все еще является опорой и защитой. Ребенок уже может подходить к детям, играть рядом с ними. В случае необходимости мама приходит ему на помощь, педагог организует совместные игры с родителями.

Второй этап (II неделя): «я играю сам, но мама близко».

Задачи второго этапа:

- приучать ребенка к приему пищи в ДОО (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);
- привлекать к совместным играм со сверстниками;
- учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;
- формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

Режим посещения:

I половина дня с 09:00 – 13:00

Постепенное увеличение времени пребывания в ДОО с 2 до 4х часов и самостоятельно оставаться в детском саду от получаса до 2х часов. К концу недели ребенок остается на обед. На втором этапе малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, мама может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго уйдет и скоро вернется. Важно обратить внимание ребенка на момент возвращения мамы.

Третий этап (III, IV неделя): «я хожу в детский сад»

Задачи третьего этапа:

- установить индивидуальный эмоциональный контакт воспитателя с ребенком (ребенок сам идет на руки, на колени, принимает ласку воспитателя, смело обращается за помощью);
- закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам;
- развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей;
- организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт;

- развивать уверенность ребенка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу.

Режим посещения:

Ребенка оставляют на тихий час, время пребывания в группе во вторую половину дня ежедневно увеличивается на полчаса.

Примечание: для каждого ребенка сроки адаптации индивидуальны, в зависимости от степени его адаптации.

Показатели окончания адаптационного периода:

- спокойное, бодрое, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями (законными представителями);
- уравновешенное настроение в течение дня;
- умение и желание общаться со сверстниками;
- желание принимать пищу самостоятельно;
- спокойный дневной сон в группе;
- положительное отношение к взрослому, общение с ним по собственной инициативе.

На данном этапе малыш соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает маму.

Воспитатель должна поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придет после того, как он поспит, поужинает, поиграет и т.д., меняя временной ориентир ребенка в зависимости от увеличения времени пребывания в ДОО.

2.2.2. Примерный план работы с детьми в период адаптации к ДОО

На протяжении всего периода адаптации в игровую образовательную деятельность помимо содержательного компонента основной образовательной программы «Детство»(под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой и др.). включаются образовательный материала (игры, потешки, стишки, песенки), применяемые в семейном, «досадиловском» этапе воспитательно-образовательного процесса. Данный «Семейный компонент» формируется из наиболее часто встречающегося образовательного материала при анкетировании родителей (анкета «Любимые игры, песни, развлечения дома») и будет индивидуален для каждой группы детей. (Приложение № 9)

№ п/п	Содержание	Сроки	Направление деятельности
1.	Игры на развитие коммуникации. Приложение №10) «Семейный компонент» (Приложение № 9)	I неделя	Образовательная совместная деятельность ребенка и родителя в ДОО. Ребенок включается в игры и общие сюжетно – игровые ситуации. Игровые ситуации, общение
2.	Игры на сближение детей друг с другом и воспитателем. (Приложение № 11) Игры разной степени подвижности для детей раннего возраста (Приложение № 12) Предметные игры с игрушками «Семейный компонент» (Приложение № 9)	II неделя	Максимальное сближение режима ребенка в семье и режима группы, приучение малыша к системе требований в ДОО
3.	Игры на снятие эмоционального напряжения и развитие моторики (Приложение № 13)	III неделя	Развитие эмоциональной сферы, коммуникация. Знакомство детей с детским

	«Бизиборд», «Песочная терапия» (Индивидуальная работа с педагогом-психологом) Игры разной степени подвижности для детей раннего возраста (Приложение № 12) «Семейный компонент» (Приложение № 9)		садом и друг с другом
4.	Пальчиковые игры (Приложение № 14) «Песочная терапия» (Индивидуальная работа с педагогом-психологом) Игры разной степени подвижности для детей раннего возраста (Приложение № 12) «Семейный компонент» Приложение № 9	IV неделя	Снятия эмоционального напряжения в течение дня. Приучение детей к самообслуживанию

3. Организационный раздел.

3.1. Описание материально-технического обеспечения программы.

Состояние материально-технической базы ДОО позволяет реализовать программу по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения «Добро пожаловать, малыш!», обеспечивает организацию жизни воспитанников в детском саду и соответствует приоритетным направлениям деятельности.

Развивающее пространство ДОО.

Группы оборудованы необходимой мебелью, игровым оборудованием, мягким инвентарем в соответствии с возрастом воспитанником. При оформлении групп воспитатели исходят из требований безопасности используемого материала для здоровья воспитанников. Наличие специально оборудованных помещений для организации образовательного процесса, и их использование в течение дня позволяет осуществлять воспитательно - образовательный процесс в соответствии с ФГОС ДО, а так же задачами и приоритетными направлениями деятельности ДОО.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Развивающая предметно – пространственная среда, организованная в детском саду, способствует обогащенному развитию, обеспечивает эмоциональное благополучие, отвечает интересам и потребностям воспитанников в воспитательно – образовательном и коррекционном процессе помогает осуществлению комплексного подхода.

В группе создана комфортная предметно-пространственная среда, соответствующая возрастным, гендерным, индивидуальным особенностям детей. Развивающая среда имеет гибкое зонирование, что позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями в одно и то же время свободно заниматься, не мешая при этом друг другу, разными видами деятельности. Сферы самостоятельной детской активности внутри группы не пересекаются, достаточно места для свободы передвижения детей. Все игры и материалы в группе расположены таким образом, что каждый ребенок имеет свободный доступ к ним.

Главной задачей воспитания дошкольников в адаптационный период являются создание у детей чувства эмоционального комфорта и психологической защищенности. Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Чтобы ребенку было комфортно ходить в детский сад, нужно правильно организовать развивающую предметно-пространственную среду.

При создании предметной развивающей среды необходимо учитывать возрастные особенности детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в группе обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала и развитие детей от 2х до 3х лет в различных видах детской деятельности. В соответствии с особенностями данного возрастного этапа это:

- предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками;
- экспериментирование с материалами и веществами;
- общение со взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого;
- самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями;
- восприятие смысла музыки, сказок, стихов;
- рассматривание картинок;
- двигательная активность.

Список литературы:

1. Белкина Л. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие / Авт.-сост– Воронеж «Учитель», 2006. – 236 с.
2. Доронова Т. Н. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. / Е.В.Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001.
3. Кремлякова А.Ю. психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ (из опыта работы).- СПб.: ООО Изд. «Детство – пресс», 2013. – 96с.
4. Лапина И.А.: Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопр. ФГОС. Издательство: Учитель, 2018 г. Серия: В помощь психологу ДОУ
- 5.Сертакова Н. М.: Игра как средство социальной адаптации дошкольников: Методическое пособие для педагогов ДОУ, Издательство: Детство-Пресс, 2009 г.
- 6.Соколовская Н. В.: Адаптация ребенка к условиям детского сада. Управление процессом, диагностика, рекомендации. ФГОС ДО, Издательство: Учитель, 2017 г., Серия: Руководителю ДОУ
7. Теплюк С.Н. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.-256с.

Анкета для родителей

Мы рады приветствовать Вас и вашего ребенка в нашем детском саду.

Надеемся, что малышу здесь будет уютно, весело и интересно.

«Давайте познакомимся».

Ф.И.О. ребенка

Дата рождения _____

Состав семьи (какой по счету ребенок в семье) _____

Мать

Ф.И.О., год рождения _____

Образование, специальность _____

Место работы, рабочий телефон _____

Отец

Ф.И.О., год рождения _____

Образование, специальность _____

Место работы, рабочий телефон _____

С кем проживает ребенок _____

Члены семьи, не живущие с ребенком, но принимающие активное участие в его воспитании _____

Другие дети в семье (их возраст), взаимоотношения ребенка с ними _____

Как вы называете своего ребенка (его любимое имя) _____

К кому из членов семьи ребенок больше привязан _____

Часто ли ребенок болеет, какие заболевания, травмы перенес _____

Основные виды игр и занятий дома _____

Легко ли рассмешить ребенка

Какие игрушки любит, кто их убирает

Любимые игры

Как ребенок просыпается утром:

Часто ли в вашем доме бывают гости (редко, один раз в неделю, один раз в месяц)

Посещаете ли вы с вашим ребенком какие-либо детские развлекательные учреждения

Как ребенок взаимодействует с детьми в игре:

а) активен, лидер

б) легко присоединяется к играющим

в) испытывает трудности

Любимое занятие, интересы:

а) лепка, конструирование, рисование

б) подвижные игры, физическая активность

в) книги, песенки, потешки

г) другое

Условия жизни ребенка (отдельная комната, уголок в общей комнате, отдельное спальное место, общая кровать с кем –то из детей и т.д.)

Ваши пожелания

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!

Семинар-практикум «Адаптируемся вместе».

Цель: формировать представления родителей об особенностях периода адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению.

Задачи:

- познакомить родителей с условиями пребывания в ДОО;
- дать представление родителям об адекватных формах взаимодействия с детьми в период адаптации;
- способствовать сплочению родительского коллектива, формированию доверительных отношений между родителями и педагогами.

План:

1. Беседа о психическом и физическом развитии ребенка раннего возраста и особенностях его адаптации в детском саду.
2. Родители совместно с педагогом вырабатывают три способа решения обозначенной проблемы (стратегический, тактический, фантастический).
3. В завершении встречи родителям предлагаются памятки с рекомендациями тактики поведения родителей в адаптационный период.
4. Рефлексия.

Подготовка:

- за две недели до занятия родителям предлагается заполнить бланк анкеты «Готов ли ваш ребенок к поступлению в ДОО?»
- изготавливаются для игровых групп таблички: «дети», «администрация ДОО», «родители», «эксперты».
- психолог обрабатывает и анализирует результаты анкетирования родителей.
- для каждого родителя готовятся три жетона разных цветов в форме яблока - красный, зеленый, желтый. На доске прикрепляется плакат с изображением «дерева успеха».

Ход встречи.

Вступительное слово старшего воспитателя на тему «*Особенности пребывания ребенка в условиях ДОО*» (режим, сетка занятий, специфика образовательного учреждения).

Вступительное слово заведующего. Следующий вопрос «О разном».

1. Срок оплаты квитанций до 15 числа текущего месяца.
2. Постановление администрации муниципального образования город Краснодар от 09.09.2016г. № 4166 О внесении изменения в постановление администрации муниципального образования город Краснодар от 11.08.2014 № 5496 «Об установлении платы, взимаемой с родителей (законных представителей) за присмотр и уход за детьми, осваивающими образовательные программы дошкольного образования в муниципальных образовательных организациях муниципального образования город Краснодар, осуществляющих образовательную деятельность»

Вступительное слово воспитателя.

1. О средствах личной гигиены (запасное бельё, пакет для грязных вещей ничего лишнего в шкафах, расчёски, носовые платки, вовремя обстриженные ногти, соски).

3. Звоните и предупреждайте о болезни или опозданиях.

Выступление психолога

- лекция на тему: «Особенности адаптации ребенка раннего возраста к условиям ДОО».

Адаптация - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях - физиологическом, социальном, психологическом.

Наиболее сложная перестройка организма происходит на начальной фазе адаптации, которая может затянуться и перейти в дезадаптацию, что может привести к нарушению здоровья, поведения и психики. Чтобы избежать осложнений и обеспечить постепенный переход ребенка из семьи в ДОО, требуется поддержка родителей.

Как примут ребенка в детском коллективе? Какие отношения сложатся у него со сверстниками? Насколько быстро он привыкнет, адаптируется в новой среде? Привычные родительские волнения и тревоги... От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода (который может продолжаться иногда и полгода) и его дальнейшее развитие. Эмоциональная привязанность к матери формируется с момента рождения и пронизывает все раннее детство ребенка.

Надо помнить, что до 2-3-х лет ребёнок не испытывает потребности общения со сверстниками. Она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребёнка партнёром по игре, образцом для подражания и удовлетворяет потребность ребёнка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребёнок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери. И её исчезновение вызывает бурный протест ребёнка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный. Дети 2-3-х лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в яслях. Эти страхи-одна из причин затруднённой адаптации ребёнка. Кстати, мальчики более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери, более болезненно реагируют на разлуку с ней.

По мере взросления малыша она может несколько видоизменяться, в зависимости от расширения круга общения. Поэтому, важно, чтобы любой новый опыт (например, общение с другими детьми и взрослыми, пребывание в незнакомом месте, игра с новыми игрушками) ребенок раннего возраста постигал вместе с мамой, что поможет ему удостовериться в безопасности данного опыта.

Существует определенная последовательность формирования психической автономности ребенка от матери в условиях детского сада. Существует определенная последовательность формирования психологической автономности ребенка от мамы в условиях детского сада.

Первый этап: «Мы играем вместе с мамой».

В первое время, когда ребенок еще настороженно относится к детскому саду, мама является его проводником и защитником. Она побуждает его включаться во все виды деятельности, и сама активно играет вместе с ним во все игры. На данном этапе ребенок и мама - одно целое.

Второй этап: «Я играю сам, но мама близко».

Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет для него никакой опасности. Игры и игрушки вызывают у него острый интерес. Любознательность и активность побуждают его ненадолго отлучаться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается к ней, ищет ее взглядом, подходит за эмоциональной «подпиткой». Здесь важно маме, отпуская ребенка, одновременно следить за его безопасностью, своевременно откликаться на его призывы. Сначала проявления самостоятельности очень недолговременны, но постепенно малыш все дальше отходит от мамы, добровольно принимает участие в играх с педагогом, другими детьми и чужими мамами.

Третий этап: «Я хожу в детский сад».

Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять самостоятельность в игре. Он просит маму остаться на стульчике в стороне, хорошо взаимодействует с педагогом, ориентируется в обстановке группы. У него появились любимые игрушки, он запомнил и выполняет простейшие правила. Когда наступает такой момент, маме можно предложить подождать ребенка в приемной. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго отлучится.

Важно обратить внимание на возвращение мамы. При этом следует обратить внимание ребенка, что мама его не обманула, она действительно отлучилась только на какое-то время и вернулась к нему. Постепенно время отсутствия можно увеличить.

Собираясь в детский сад, ребенок уже знает, что он будет находиться в группе один, и заранее на это согласен. Малыш легко ориентируется в группе, активно вступает во взаимодействие с педагогом, детьми, при необходимости обращается за помощью.

Именно этот этап является завершающим в процессе становления психологической автономности ребенка.

Длительность адаптации во многом зависит от поведения родителей.

Как же облегчить ребенку процесс адаптации?

- постарайтесь научить малыша самостоятельно знакомиться с другими детьми при помощи замечательных фраз: «А как тебя зовут? Можно с тобой поиграть?» и т.п.
- учите, как правильно постоять за себя, делиться, но знать, что свое, а что чужое, как меняться и добиться разрешения поиграть чужой игрушкой.
- отправляясь первый раз в сад, напоминайте себе, что вы его сами выбрали, поэтому с ребенком здесь ничего плохого не случится. Если вы не будете скрывать от крохи волнения, то ему передастся напряженное состояние.
- дома спокойно объясните малышу, что там он, как все дети, останется один, что вы непременно заберете его после обеда, сна и т.д.
- придя в детский сад, осмотрите раздевалку, покажите малышу шкафчик, приклейте его фотографию, что бы он лучше запомнил свой шкафчик.
- вместе загляните в группу - обычно внимание малыша сразу захватывает множество игрушек, и он на какое-то время забывает о маме. Подумайте: может вам стоит исчезнуть именно в этот момент?

- пообещав ребенку забрать его в определенное время, лучше подстрахуйтесь и придите раньше. Опоздание к условленному сроку - самое худшее, что может быть в этот период.
- забирая малыша, не забудьте расспросить воспитателя о поведении и эмоциональном состоянии ребёнка. Посоветуйтесь об оптимальном график дальнейшего посещения. Доверяйте опыту и чутью воспитателей, прислушивайтесь к их рекомендациям.

Деловая игра «Адаптация к ДОО»

Каждая группа (состав формируется по желанию родителей), получает табличку («дети», «администрация», «воспитатель», «родители») и в соответствии с полученным названием выполняет определенную роль в игре.

В роле эксперта педагог-психолог.

Проводится разминка, (5 мин.) в ходе которой родителям необходимо согласно своей роли продолжить начало следующего предложения: «Чтобы обеспечить легкую адаптацию надо...»

Каждая группа сдает экспертам лист с подготовленным предложением.

На первом этапе игры ведущий предлагает группам определить проблемы, осложняющие процесс адаптации малыша к условиям детского сада. *(Продолжительность этапа -15 мин.)*

Группа экспертов докладывает о результатах разминки.

На втором этапе каждой группе предлагается из выявленных проблем адаптации детей раннего возраста выделить самые важные и попытаться наметить пути ее решения (продолжительность этапа-10 мин.) Каждая группа рассказывает о результатах своей деятельности по выполнению 1 и 2 задания.

На третьем этапе каждая группа вырабатывает три способа (стратегический, тактический, фантастический) решения главной проблемы адаптации ребенка в условиях ДОО с точки зрения принятых ролей *(продолжительность 10 мин.)*

Представители групп предлагают эти способы.

Самооценка участников игры, в ходе которой каждому родителю необходимо продолжить фразу: работая с группой, я понял (а), что...

Рефлексия. При принятии решения каждому родителю выдается три жетона разного цвета, один из которых он должен прикрепить к «дереву успеха». Цвет жетона обозначает следующее:

красный - считаю, что данная игра позволит мне помочь моему ребенку успешно адаптироваться.

желтый - у меня существуют некоторые сомнения.

зеленый - жалею, что участвовал(а) в деловой игре.

В конце собрания родителям выдаются памятки.

ПАМЯТКА

для родителей детей раннего возраста

ПРИУЧАЙТЕ К ДЕТСКОМУ САДУ ПОСТЕПЕННО. Несколько дней стоит находиться рядом с ребенком в детском саду в течение нескольких часов, а затем забирать домой или придите на вечернюю прогулку и обратите внимание ребенка, что все дети уходят домой с родителями после игры с детьми в детском саду.

ЕСЛИ БЕСПОКОЙНАЯ МАМА прощается с ребенком несколько раз подряд с обеспокоенным видом, то у него возникает мысль: «Она беспокоится, значит, со мной может случиться что-то ужасное, лучше я не отпущу ее от себя». В итоге заканчивается все истерикой.

ЕСЛИ РЕБЕНОК ОТКАЗЫВАЕТСЯ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД, Вы должны проявить твердость и объяснить, что следует идти в детский сад, также как родители ходят на работу.

НЕ ПУГАТЬ ДЕТСКИМ САДОМ. Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

АКЦЕНТИРУЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ МОМЕНТАХ В САДУ. Каждый день необходимо спрашивать у ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления.

ЕСЛИ РЕБЕНОК С ТРУДОМ РАССТАЕТСЯ С МАТЕРЬЮ, то стоит некоторое время приводить ребенка отцу или другому члену семьи.

ЕСЛИ ВАШ МАЛЫШ В ПЕРВЫЕ ДНИ УСТАЕТ ОТ НОВЫХ ВПЕЧАТЛЕНИЙ, ПРИХОДИТ ДОМОЙ ИЗМУЧЕННЫМ И НЕРВНЫМ, то посоветуйтесь с воспитателем или психологом, либо сократите время его пребывания в детском саду или устройте выходной день от посещения детского сада. Только помните, что такой «выходной» должен быть в разные дни недели, чтобы у ребёнка не выработалась привычка.

РЕЖИМ ДНЯ. Заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прием пищи, соответствующий режиму ДОО. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

ПОМНИТЕ! *В каком бы возрасте ребенок не поступал в детский сад, безболезненная адаптация может быть обеспечена только подготовленностью к новым условиям!*

Приложение №3. .

- Не спрашивайте у малыша: «Хочешь ли ты ходить в детский сад?» Если он ответит отрицательно, а вопрос о походе в сад вами уже predetermined, это может дополнительно расстроить вашего ребенка.
- Ребенок может принести в группу любимую игрушку, книжку или милый пустычок, с которым он не расстанется дома. Это поможет ребёнку легче и безболезненнее привыкнуть к дошкольному учреждению. Предложите ребёнку рассказать своей любимой игрушке про д/с, пусть ребенок покажет ей свой шкафчик, кроватку и т.д.
- Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с ней встретился. Если ребенок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» вместе с ним ежедневно и «знакомится» там с другими детьми.
- В первые дни оградите ребенка от дополнительного общения: походов в гости, детские площадки и т.д. Лучше после д/с вместе с ребёнком побыть дома. Так как ребёнку (его нервной системе) необходимо отдохнуть от эмоционально насыщенного дня.
- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете спокойной, уверенной интонацией. Ни в коем случае не обманывайте малыша. Если Вы сказали, что пошли в магазин — покажите ребёнку покупки...
- Скажите точно ребенку, когда вы вернетесь. Например: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь»

Помните, что ваш ребёнок в надёжных и профессиональных руках!



Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребенка к детскому саду, иногда на привыкание ребёнка к детскому саду может потребоваться не один месяц. Рассчитывайте свои планы и возможности.

МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 223»

«АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ»

Школа для родителей



Уважаемые родители, поздравляем Вас, скоро Вам и Вашему ребёнку предстоит начать новую жизнь!

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи *именно сейчас*. Ребёнок чувствует, если родители сомневаются.

6. *Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он посещал его.* Содержание беседы зависит от возраста ребёнка. Например, беседа может быть такой: «Детский сад - это красивый дом, куда мамы и папы отводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Дети здесь играют, едят, гуляют.
- **Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. А ты можешь пойти в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя туда, а вечером заберу домой. Ты мне расскажешь, как у тебя прошёл день, а я расскажу тебе, что было интересного у меня на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в детский сад своего ребёнка. Тебе повезло, что ты будешь туда ходить».**

Приложение №4.

Памятка для родителей (законных представителей)

Скоро Вам вместе с Вашим малышом предстоит начать новую жизнь. Чтобы малыш вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.

Установите четкие требования к ребенку и 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 ребенок с Вами разговаривает, слушайте его внимательно.

Если увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор»

(комментируйте его действия).

Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые и понятные объяснения.

Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?» На вопрос «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастет.

Каждый день читайте ребенку.

Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления: ведь лето – прекрасная пора для открытий!

Занимайтесь с малышом совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте и ...

Поощряйте любопытство.

Не скупитесь на похвалу.

РАДУЙТЕСЬ ВАШЕМУ МАЛЫШУ!!!

Приложение №5.

Тренинг «Потешки читаем, в игры играем, ребенку помогаем»

Цель:

1. Формировать у родителей начальное представление о здоровом образе жизни.
2. Научить родителя порядку одевания и раздевания детей на прогулку.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА: заучивание потешек на тему «Одевание», рассматривание картинок алгоритм одевания.

Психолог обращается к родителям. Начнём с небольшой позитивной нотки, поприветствуем друг друга... Возьмите друг друга за руки, почувствуйте тепло ваших рук, посмотрите друг на друга, улыбнитесь... Пусть ваша улыбка подарит хорошее настроение всем присутствующим... теперь мы одна большая семья...

Вводная часть.

Одевание – это сложный процесс для ребенка, который состоит из разных действий: нужно отличить лицевую и изнаночную сторону одежды, переднюю часть и спинку платья или рубашки, соотнести движение руки, «примеряясь» к предмету, сравнивать. Вспомните как нам – взрослым – нелегко дается обучение работе с новыми инструментами, например, ткачество, резьба по дереву, стежка на швейной машине и другие. Примерно то же самое испытывает маленький ребенок, когда он учится одеваться. Но именно в таком простом на первый взгляд одевании зарождается очень важное качество ребенка – его самостоятельность.

Сейчас мы проиграем игру, которая поможет Вам **научить ребенка одеваться.**

Упражнение «Оденем куклу Машу»

Мне рассказали на днях историю про одну девочку Машу, которая живет в одной городе с мамой и папой. Маша очень любит гулять, но не умеет одеваться. Давайте познакомимся с Машей, а мы ее научим одеваться осенью на прогулку.

Кукла сообщает, что у неё есть весенняя одежда, только она не умеет одеваться, предлагает детям помочь одеть Дашу.

Ведущий: Маша, а где твои вещи?

Кукла: на стульчике.

Ведущий и родители рассматривают осеннюю одежду куклы.

Сейчас на улице тепло.

Как нужно одеться, чтобы было не очень жарко на улице?

Родители: Надо надеть! Колготки, штаны, кофту, ботинки, куртку, шапку, перчатки, и шарфик.

Ведущий:

- Сапожки. Красивые сапожки, это с левой ножки, это с правой ножки".

- Шапку. На, Маша, шапку, посмотри какая она красивая. "Шапку надевают на голову. Где у нас куртка?

Возьмём куртку и наденем кукле Маше.

Достаём, куртку дети рассматривают, детали (Воротник, рукава, молния).

- Что дальше будем надевать Маше?

- Шарф

- 1,2,3,4,5.

Собираемся гулять.

Завязали Машеньке

Шарфик.

- Где у нас лежит шарф?

Возьмите шарф и наденьте кукле Маше.

- Что мы забыли надеть кукле Маше.

- Перчатки!

- Вот наша Маша одета.

- Можно теперь идти гулять.

Домашнее задание проиграть с детьми эту игру, показать кукле Маше как они умеют сами одеваться?

Психолог: Превратите одевание в увлекательную игру:

- так, штанины могут стать туннелями для ножек-паровозиков;
- устройте соревнование на скорость, кто быстрее оденется, получит приз! Разумеется, дайте выиграть ребенку; притворитесь, что забыли, как правильно одеваться. Надевайте колготки на голову, а носки на уши;
- пускай ручки и ножки говорят кукольными голосами: «Я замерз, где мой домик?» или «Я боюсь, спрячьте меня!»;
- создайте положительную мотивацию, ребенок мигом оденется.

Начальный этап. Родитель одевает ребенка сам, но в процессе одевания должен просить ребенка: «Подними руку, ногу», «наклони голову», «повернись» и т.д. Должен сопровождать каждое действие словами: «Наденем колготки, а кофточку снимем».

Следует знакомить с частями одежды: воротник, рукава, молния, пуговицы, карманы и т.д.

Следующий этап. В процессе одевания, важно использовать так называемое разделенное действие: часть выполняется родителем, часть ребенком. При этом доля родителя постепенно уменьшается. Например, родитель помогает просунуть ноги в брючки, а ребенок сам натягивает их.

Этап совместных действий. Используется прием совместных действий, сопровождаемых речевыми комментариями. Применять данный прием нужно, когда ребенок встречается с новой деталью или видом одежды.

Мера самостоятельности ребенка изменяется постепенно. Сначала он только помогает взрослому. Со временем ребенок уже в состоянии самостоятельно снять с себя некоторые детали одежды: носочки, колготки, штанишки.

Заключительный этап. Помощь со стороны взрослого ограничивается простым наблюдением за действиями ребенка.

В процессе обучения ребенка одеванию необходим приучать ребенка не бросать вещи, а протягивать их взрослому или складывать на стульчик, постепенно обучать расправлять вещи, развешивать на спинке стула.

Возраст	Самостоятельные действия	Помощь взрослых
2 года	Снимать и надевать: расстегнутую обувь, шапку, колготки, шорты, штаны, юбку на резинке	Одевание происходит с помощью родителей
3 года	- Надевать всю одежду, застегивать липучки, молнии, кнопки - Складывать или вешать одежду - Поправлять одежду на протяжении дня, следить за своим внешним видом	Небольшая помощь родителей

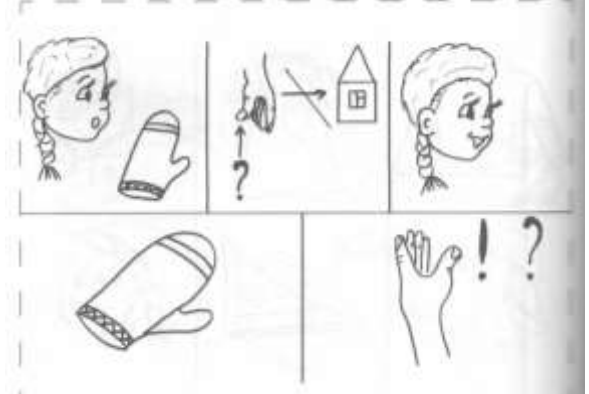
Упражнение «Запоминаем стихотворение»

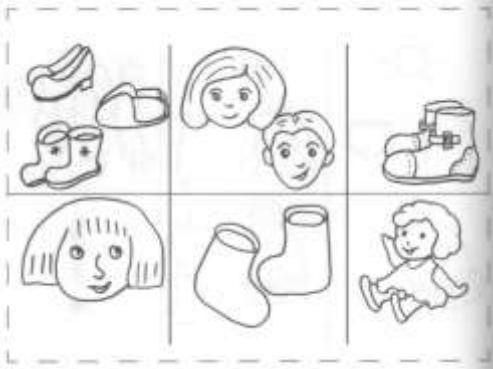
Дети любят стихи, любят их слушать и рассказывать. Но не все могут быстро запомнить стихи: у некоторых детей заучивание стихов или потешек вызывает большие трудности, быстрое утомление и отрицательные эмоции. Для того чтобы пробудить в детях интерес к заучиванию стихов и потешек.

Для развития способов запоминания можно использовать пиктограммы- особые опорные рисунки, с помощью которых запоминать и рассказывать стихотворение или рассказ будет легче и интереснее. Читая стихотворение, ведущий показывает родителю соответствующую картинку- схему, и процесс запоминания стихотворения ускоряется.

Попробуйте сами этот метод с детьми, и Вы увидите результат!

(Из книги Т. Б. Полянская, "Использование метода мнемотехники в обучении рассказыванию детей дошкольного возраста", СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009. - 64 с.)

Автор: Н.Саконская. Где мой пальчик? Маша варежку надела. - Ой, куда я пальчик дела? Нету пальчика, пропал, В свой домишко не попал! Маша варежку сняла. _ Поглядите- ка, нашла! Ищешь, ищешь- и найдешь. Здравствуй, пальчик! Как живешь?	
---	--

<i>Автор: Н.Нищева</i> Посчитаем в первый раз, Сколько обуви у нас. Туфли, тапочки, сапожки Для Наташки и Сережки, Да еще ботинки для нашей Валентинки, А вот эти валенки Для малышки Галеньки.	
Надеваем мы штаны – раз, два, три! Надеваем курточку – раз, два, три! Застегнем мы кнопочки – раз, два, три! А теперь ботиночки – раз, два, три!	
Как у нашей Зиночки Поссорились ботиночки. Их неправильно надела — Левый справа, правый слева, Вот они и отвернулись, И обиженно надулись. Их местами поменяла — Левый влево, правый вправо. Друг на друга смотрят мило, Их Зинуля помирила.	

Игры на одевание — один из самых доступных и любимых детьми способов овладения навыками одевания. И сейчас мы с Вами в них с играем.

«ПОПАДИ В ЦЕЛЬ». Вариантов может быть много: в горловину, в рукав, в штанину. Практически, поднеся к ручке или ножке крохи пройму, сделайте так, чтобы он в нее не попал, и хитро улыбнитесь. Приняв правила игры, он гарантированно будет стараться «победить».

«НАХОЖДЕНИЕ ЧАСТЕЙ ТЕЛА». Удивленно вопрошайте: «А где наши ручки?», восклицайте: «Какая длинная шейка!», просите вытянуть ноги, а потом — поболтать ими.

«СОРЕВНОВАНИЕ». Положите рядом два комплекта одежды — детский и свой собственный — и одевайтесь одновременно.

«ПОКАЗ МОД» — маленькие дети, как девочки, так и мальчики, обожают примерять родительскую одежду. Надевать вещи взрослых не только проще, но и интереснее. Используйте это!

«ОБМАНИ МЕНЯ!» — придерживайте это средство на крайний случай. Вздохните, покачайте головой и скажите: «Ну, с этой-то кофтой тебе точно не справиться, только когда подрастешь». Результат последует очень быстро.

Заключительная часть. «Рефлексивный кубик».

Родители рассказывают мнение о тренинге.

Что понравилось или не понравилось?

Была ли полезна информация?

В конце тренинга родители получают памятки.

Адаптация ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Как же подготовить ребенка к детскому саду?

Прежде чем ответить на этот вопрос, рассмотрим, что происходит с ребенком, когда он приходит из семьи в детский сад.

Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, поведение, в основе которого лежит динамический стереотип, т.е. система определенных ответных реакций организма на последовательно действующие на него раздражители.

К 2-3 годам стереотип поведения ребенка становится довольно устойчивым.

При поступлении в дошкольное учреждение привычные условия жизни в семье (режим, характер питания, микроклимат, приемы воспитания, характер обучения) меняются.

Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу. В чем это выражается?

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние, иногда повышается температура тела.

У некоторых детей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса и др.

Что же должны делать родители?

Прежде всего, им необходимо заранее познакомиться с условиями дошкольного учреждения, приблизить к ним условия воспитания в семье (режим, характер питания, приемы воспитания и т.п.)

Важно научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей игрушкой, поблагодарить и т.д.) необходимо положительно настроить малыша.

Родители должны знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным, у него может ухудшаться аппетит.

Итак, знание особенностей периода адаптации, факторов, влияющих на нее, совместные усилия родителей и сотрудников дошкольного учреждения могут существенно помочь ребенку относительно быстро и безболезненно привыкнуть к условиям дошкольного учреждения.

По каким признакам можно судить о том, что период адаптации закончился.

Объективные показатели: глубокий сон, хороший аппетит, бодрое эмоциональное состояние, полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение и соответствующая прибавка в весе.

Приложение №6

«Собираем малыша в детский сад».

Уважаемые родители, поздравляем Вас, скоро Вам и вашему малышу предстоит начать новую жизнь!

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. **Ребёнок чувствует, если родители сомневаются.**

Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему Вы хотите, чтобы он посещал его. Содержание беседы зависит от возраста ребёнка. Например, беседа может быть такой: «Детский сад – это очень красивый дом, куда мамы и папы отводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Дети здесь играют, едят, гуляют.

Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. А ты можешь пойти в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя туда, а вечером заберу домой. Ты мне расскажешь, как у тебя прошёл день, а я расскажу тебе, что было интересного у меня

на работе. Многие мамы и папы хотели бы отвести в детский сад своего ребёнка. Тебе повезло, что ты будешь туда ходить».

Проходя мимо детского сада, с радостной интонацией напоминайте ребёнку, как ему повезло: осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, о том, что гордитесь своим сыном (дочерью), - ведь его приняли в детский сад.

И в тоже время не стоит слишком часто акцентировать внимание на предстоящем событии. Это может вызвать страх и неуверенность в собственных силах ребёнка.

И чтобы малыши как можно легче и спокойнее прошёл этот нелёгкий, но очень важный период в жизни, мы хотим предложить Вам несколько рекомендаций:

- ***Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.*** Чаще хвалите ребёнка, обнимайте, говорите, что очень любите. Уделяйте ребёнку больше внимания, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте малейшие изменения в настроении.
 - ***Познакомьте ребёнка с режимом дня в детском саду.*** Чем чаще Вы будете его соблюдать, тем спокойнее ребёнок воспримет новые правила. Спрашивайте, куда он будет складывать свои вещи после прогулки, что он будет делать после обеда. Такими вопросами Вы сможете проконтролировать, как ребёнок усвоил последовательность режимных моментов в дошкольном учреждении. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствует себя увереннее.
 - ***Максимально приблизьте домашний режим к распорядку в детском саду не менее чем за две недели и старайтесь поддерживать его в выходные дни:***
 - ***К началу посещения детского сада прививайте ребёнку элементарные навыки самообслуживания.*** Ребёнок должен уметь самостоятельно:
 - мыть руки с мылом и вытирать их;
 - ходить в туалет;
 - пользоваться ложкой и вилкой;
 - одеваться самостоятельно с небольшой помощью взрослого.
- Поговорите с ним о возможных трудностях, объясните, к кому он может обратиться за помощью и как он это должен сделать. Например: Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И воспитатель нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, обязательно скажи об этом. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома.
- ***В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.*** Не пугайте ребёнка д/с, например: «Не хочешь есть сам, вот придёшь в д/с - там тебя научат» или «Учись есть сам, тогда тебя возьмут в д/с ».
 - ***Расширяйте круг общения ребёнка с другими детьми и взрослыми.*** Поощряйте игры с другими детьми. Личным примером учите ребёнка общаться, знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои. Не пренебрегайте такими простыми фразами, как: «Если хочешь поиграть с девочкой (мальчиком), подойди и скажи: «Как тебя зовут?». В присутствии своего ребёнка называйте этих детей по имени. Говорите дома о новых знакомых.
 - ***Будьте спокойны и уравновешенны, так как дети очень легко перенимают тревожность от своих близких.*** Личная тревожность матери часто является причиной беспокойства у ребёнка. Когда Вы уходите, расставайтесь с ребёнком быстро и легко, иначе у ребёнка появиться тревога.

При расставании с ребёнком в группе: будьте настойчивы и спокойны. Даже, если ребёнок плачет и хватается за Вас, ***улыбнитесь ему*** и скажите: ***«Всё будет хорошо, вечером я приду за тобой»*** и не оглядываясь, уходите.

Консультация для родителей (законных представителей) «Растим малыша здоровым»

Забота о детях, их благополучии, счастье и здоровье всегда была и будет главной заботой семьи. Прочное место в режиме дня семьи должна занять физическая культура. Здоровье малыша, развитие его интеллекта, формирование характера, воспитание у него полезных навыков и умений - вот важнейшие задачи, стоящие перед родителями.

Всем родителям хочется, чтобы ребенок рос здоровым, сильным и крепким. Однако не все знают, как этого добиться. И в результате дети, особенно дошкольники, часто болеют, растут слабыми, физически плохо развитыми. К этому, к сожалению, привыкли как к своеобразной норме. Маленький - значит слабый, - считают родители, - его надо охранять, защищать, оберегать, но защищают и оберегают малыша часто совсем не от того, от чего следует. Родители внимательно следят, чтобы ребенок не бегал слишком много и слишком быстро (вдруг вспотеет!), не лазал (а если упадет!), не прыгал (как бы не ушибся!), не лазал (а если упадет?!), и, к сожалению, не очень задумываются о том, что их чрезмерная заботливость не делает ребенка здоровее. Они часто забывают, что ключ к успеху в укреплении здоровья детей – в разумном физическом воспитании.

Чем активнее работают мышцы, тем более жизнеспособен человек. Малоподвижные ленивцы долго не живут, и, наоборот, все долгожители - деятельные, энергичные, подвижные люди. Нагружая мышечную систему, вы не только воспитываете ребенка сильным и ловким, но и развиваете его сердце, легкие, все внутренние органы.

Движение - это путь не только к здоровью, но и к развитию интеллекта. Движения, особенно пальцев рук, стимулируют развитие мозга, разных его отделов. И чем раньше они войдут в жизнь ребенка, тем лучше он будет развит.

Правильно организованное физическое воспитание способствует развитию у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности. Дети становятся более внимательными и наблюдательными, более дисциплинированными. У них укрепляется воля и вырабатывается характер.

Физическое воспитание ребенка – это не простое дело. Для того, чтобы добиться успеха, родителям надо много знать и уметь.

Ваш ребенок растет, становится более самостоятельным. Его организм крепнет, движения делаются более четкими, уверенными, быстрыми. Игры усложняются. В процессе игры ребенок приобретает жизненный опыт, развивает творческое воображение. Он жадно тянется ко всему новому и очень подвижен. Иногда может показаться, что чересчур, но не торопитесь останавливать его. Лучше постарайтесь направить эту подвижность в нужное русло, использовать ее для формирования жизненно важных навыков.

Одним из важнейших средств воспитания являются гимнастические упражнения, различные формы ручного труда, подвижные игры. Ежедневные упражнения, предупреждают нарушения осанки и деформацию скелета, хорошо укрепляют весь организм, оказывают благотворное влияние на нормальный рост и развитие ребенка. Общаться с ребенком во время физкультурных занятий надо в игровой форме, при этом всегда следует учитывать возраст ребенка, его возможности. Добиваться, чтобы ребенок выполнял упражнения с радостью и удовольствием, без нажима со стороны взрослых, не подозревая о том, что подчиняется их желаниям. Не должно возникать ссор и споров, которые могли бы оттолкнуть ребенка от спортивных занятий и лишить его благотворного влияния физического движения. Такое использование свободного времени полезно и взрослым, и детям.

Занимаясь с ребенком, взрослый помогает ему подтянуться, высоко прыгнуть, взобраться на стул или на гимнастическую стенку. Ребенок восхищается отцом: какой папа смелый, как ловко его поднимает, как хорошо выполняет упражнения! Подражает матери в грациозности движений. Постепенно эти совместные занятия станут самыми счастливыми

событиями дня, и ребенок будет радоваться им, с нетерпением их ждать. Такие занятия должны стать ежедневными. Только систематическая забота о двигательном развитии ребенка может принести желаемые результаты : регулярное повторение и логическая преемственность являются предпосылками успеха.

Необходимо иметь в виду и еще одно немаловажное обстоятельство – современная жизнь перенасыщена нервными перегрузками. Хотите вы или нет, но вам не остановить стремительный темп жизни. Физические упражнения – противовес, который поможет вашим детям противостоять стрессовым ситуациям. Чем более крепким здоровьем мы вооружим наших детей, тем лучше они приспособятся к современной жизни.

Но не надо забывать также о режиме дня. Вы, наверное, обращали внимание на то, как неправильно ведут себя некоторые люди: вечно спешат, не вовремя ложатся спать, не успевают сделать даже утреннюю зарядку – словом, совершенно не соблюдают простейший режим дня. Такой образ жизни может стать причиной многих неприятностей и даже заболеваний.

Все физиологические процессы совершаются в организме человека в определенном ритме. Поэтому очень важно приучить ребенка к строго чередующемуся режиму бодрствования, сна, игр, отдыха, приема пищи. Именно так с детства формируются полезные привычки и навыки, воспитание которых имеет огромную ценность для укрепления здоровья и повышения работоспособности.

Если дети не приучены к порядку и строгому режиму, то они растут раздражительными, капризными, с очень неуравновешенной нервной системой. Своими бесконечными капризами они взвинчивают себя и выводят из равновесия родителей. Неопытные родители обращаются к врачу, считая, что их ребенок нуждается в лечении и успокоительных лекарствах. И не понимают, что лучшим лекарством для их малыша будет соблюдение режима дня, без которого он не может правильно развиваться. Ребенок должен в определенное время вставать и ложиться спать, завтракать, обедать и ужинать. В режиме дня надо предусмотреть время для прогулок и игр. Шумные подвижные игры должны сменяться более спокойными.

Планируя распорядок дня ребенка, можете придерживаться такого же режима, который мы используем в работе с вашими детьми.

Народная мудрость гласит: «Здоровье - всему голова. Здоровье – бесценный дар природы, и его надо уметь сохранить».

Надеемся, что прочитанная консультация пробудила у вас интерес к физической культуре, и, поняв, какие важные задачи стоят перед вами родителями, вы чаще будете посвящать свой досуг спортивным развлечениям с детьми.

Приложение № 8.

Памятка для родителей (законных представителей)

«Профилактика простудных заболеваний»

С целью обеспечения сезонной профилактики ОРВИ и гриппа необходимо проводить следующие мероприятия:

Обеспечение соблюдения правил личной гигиены, в том числе:

- соблюдение режима дня (достаточный сон, прогулки на свежем воздухе, избегать физических и умственных перегрузок);
- избегать как переохлаждений, так и перегревания детей, особенно младшего возраста;
- регулярно и тщательно мыть руки с мылом;
- использовать индивидуальные или одноразовые полотенца;
- во время кашля и чихания прикрывать рот и нос одноразовыми платками.

Проведение регулярного проветривания и влажной уборки помещения, в котором находится ребенок и квартиры в целом.

Проведение закаливающих мероприятий

Обливание ног водой комнатной температуры на ночь; для детей младшего возраста пребывание без одежды в условиях комнатной температуры при отсутствии сквозняков в течение нескольких минут перед кормлением.

Проведение неспецифической профилактики простудных заболеваний
Сипользованием препаратов арбидол, аскорбиновая кислота, анаферон, и др. (в соответствии с инструкцией по применению, при отсутствии противопоказаний)

ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

- Изолировать ребенка от других детей (членов семьи).
- Вызвать врача.
- Исключить пребывание ребенка в организованном коллективе.

Приложение №9.

Игры на сближение детей друг с другом и воспитателем.

Игры и упражнения, направленные на знакомство детей друг с другом.

«Представься с помощью куклы»

Цели: помогает снять напряжение и неуверенность, позволяет детям лучше узнать друг друга.

Материал: две куклы разного пола, или перчаточные куклы.

Ход игры: ребенку предлагают представиться с помощью куклы и рассказать о себе.

Ведущий и дети могут задавать вопросы, уточнять, например: Твоя любимая игра? Как в нее играть? Любимое животное? Почему? О чем ты мечтаешь? и т. д.

Паровозик (дети сидят в кругу) .

Цели: позволяет детям запомнить имена друг друга и установить контакт, проявить активность.

Ход игры: «Сегодня мы будем играть в «паровозики». Сначала у паровозиков не будет вагонов, и тот, кого мы выберем паровозиком, будет «ездить» по кругу, громко приговаривая «чух-чух-чух». Потом «паровозик» соскучится и подъедет к любому мальчику или девочке со словами «паровозик...»-и называет свое имя. Тот ребенок, к которому «подъехал» паровозик, в ответ называет свое имя и становится новым паровозиком, а первый его «вагоном». Новый «паровозик» вместе с вагоном продолжит движение по кругу, затем подъедет к любому ребенку со словами: «паровозик Таня»-и имя своего «вагона». Игра продолжается до тех пор, пока в «паровозик» не будут включены все дети.

«Назови себя ласково»

Дети сидят в кругу. Педагог кидает каждому ребенку мяч и просит назвать себя ласково.

«Здравствуй, я котик»

Педагог приносит большую игрушку котенка и предлагает детям по очереди поздороваться с котенком. Каждый ребенок жмет котенку лапку и представляется, называя себя по имени: «Здравствуй, я Саша».

«Котик ласкает»

Ведущий в роли котенка ласкает по очереди каждого ребенка (лапками гладит их по головке) со словами: «Хороший Сашенька, хорошая Машенька» и т.п.

Салют.

Цели: снятие напряжения, создание положительных эмоций. В игре все имеют шанс выразить себя и привлечь к себе внимание.

Материал: листы цветной бумаги, салфетки.

Ход игры: детям выбирают для себя материал, затем в течение нескольких минут рвут его на мелкие кусочки. После этого каждый ребенок подбрасывает вверх свои кусочки-изображает свой салют, а остальные хлопают.

«Раздувайся пузырь»

Воспитатель предлагает всем детям сесть на стулья, расположенные полукругом, и спрашивает одного из них: «как тебя зовут? Скажи громко, чтобы все тебя слышали!» Ребенок называет свое имя. Взрослый ласково повторяет его, берет ребенка за руку, подходит вместе с ним к следующему ребенку и спрашивает, как его зовут. Повторяя имя ребенка ласково, но громко, предлагает и ему присоединиться и дать руку. Так по очереди за руки берутся все дети. Сначала подхожу к тем детям, которые выражают желание включиться в игру, а скованных, заторможенных детей целесообразно приглашать последними. Если кто-нибудь все же отказывается играть, не настаиваю на этом. Постепенно наблюдая за игрой, они захотят быть в коллективе. Дети образуют длинную цепочку. Я беру за руку ребенка, стоящего последним и замыкают круг. «Посмотрите, как нас много! Какой большой круг получился, как пузырь! – говорю я. – А теперь давайте сделаем маленький кружок». Вместе со мной дети становятся тесным кругом и начинают «раздувать пузырь»: дуют в кулачки как в дудочку, затем выдувают воздух и произносят звук «ф-ф-ф». Эти действия повторяются 2-3 раза. При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился.

Дети двигаются, а воспитатель произносит следующие слова:

Раздувайся пузырь

Раздувайся большой

Оставайся такой, да не лопайся!

Получился большой круг, воспитатель входит в него, дотрагивается до каждой пары соединенных рук, затем останавливается и говорит: «лопнул пузырь!» Все хлопают в ладоши, произнося слова «хлоп!» и разбегаются. После того, как «пузырь лопнет», воспитатель говорит: «Полетели маленькие пузырьки, полетели, полетели ...» Дети разбегаются в разные стороны.

Игра «Чей голосок?»

Дети садятся полукругом, ведущий – спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает по имени ведущего, который, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал.

Приложение №10.

Игры, направленные на освоение окружающей среды и знакомство с персоналом детского сада и другими воспитанниками.

Начинаем естественно с группы. Показав детям все уголки группы, рассказав об их назначении, правилах поведения в различных помещениях группы, можно и поиграть.

Игра «Найди игрушку»

Ведущий (сначала воспитатель, потом кто-то из детей) прячет небольшую игрушку в группе или в одном из её помещений, и предлагает остальным найти её. Сначала говорится: «Игрушка лежит на подоконнике в группе», затем: «Игрушка лежит в спальном комнате, под подушкой на Катинной кровати». После того, как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала (собиралась на прогулку, спала и т.д.)

Затем можно переходить к более тесному знакомству с детским садом и его персоналом. Начинать лучше с экскурсии по саду (целесообразней организовать тематические экскурсии: на кухню, в медицинский кабинет, в музыкальный зал и знакомиться с людьми, работающими там.)

Игра «Чьи вещи»

Цель игры – закрепить знание имен работников детского сада. Для этого необходимо заготовить атрибуты различных профессий (градусник – медсестра, половник – повар, гармошка – музыкальный руководитель). Воспитатель говорит, что к нам в группу приходили разные люди, и каждый из них забыл одну из вещей. Просит детей помочь разобраться, кому какая вещь принадлежит. Дети должны назвать не только профессию, но и имя хозяина вещи.

Например, «Эту гармошку оставила Валентина Васильевна, наш музыкальный руководитель».

Когда все вещи будут «опознаны», можно раздать их детям, которые должны сыграть роль: медсестра измерит температуру, повар сварит суп, музыкант сыграет музыку.

Игра «Как пройти?»

Цель игры – помочь детям ориентироваться в детском саду. Как и в предыдущей игре, вариантов может быть множество:

Воспитатель: У зайчика Степашки заболели ушки. Что ему делать? (Пойти к врачу). Но Степашка не знает, где находится медицинский кабинет. Надо ему помочь.

Сначала воспитатель описывает путь до кабинета (выйдем в коридор, пойдем по нему и увидим медицинский кабинет). Потом вместе с детьми провожаем Степашку к врачу.

Вылеченный зайка (забинтованные ушки) благодарит детей за помощь и передает от врача пожелания не болеть и витамины для всех детей.

Приложение № 11

Игры направленные на развитие психических процессов и игровых навыков, произвольного поведения в адаптационный период с детьми 2-3х лет

Основная задача игр в этот 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.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения и т.д.

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.

Материал. Петрушка, погремушки.

Ход игры. Воспитатель приносит Петрушку, рассматривает его с детьми. Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с петрушкой встряхивают погремушками, радуются.

Выдувание мыльных пузырей.

Ход игры. Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, а не дую в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри. (Напрягать мышцы рта очень полезно для развития речи.)

Хоровод

Ход игры. Воспитатель держит за руки и ходит по кругу, приговаривая: Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов,

Кружим, кружим хоровод.

До того мы закружились,

Что на землю повалились. БУХ! При произнесении последней фразы оба «падают» на землю.

Вариант игры:

Вокруг розовых кустов,

Среди травок и цветов,

Водим, водим хоровод.

Как заканчиваем круг, Дружно прыгаем мы вдруг. ГЕЙ! Взрослый и ребенок дружно подпрыгивают.

Покружимся

Материал. Два игрушечных мишки.

Ход игры. Воспитатель берет мишку, крепко прижимает его к себе и кружится с ним. Дает второго мишку малышу и просит также покружиться, прижимая к себе игрушку. Затем взрослый читает стишок и действует в соответствии с его содержанием. Ребенок вслед за ним выполняет те же движения.

Я кружусь, кружусь, кружусь,

А потом останавлиюсь.

Быстро, быстро покружусь,

Тихо, тихо покружусь, Я кружусь, кружусь, кружусь

И на землю. Повалюсь.

Прячем мишку

Ход игры. Воспитатель прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: «Где мишка?», ищет его вместе с ребенком. Когда малыш найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы искать было сложнее. После игры с мишкой прячется сам воспитатель, громко произнося «ку-ку!» когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другом месте. В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.

Солнышко и дождик

Ход игры. Дети присаживаются на корточки позади стульев, расположенных на некотором расстоянии от края площадки или стены комнаты, и смотрят в «окошко» (в отверстие спинки стула). Воспитатель говорит: «на небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по всей площадке. По сигналу: «Дождик! Скорей домой!» - бегут на свои места и присаживаются за стульями. Игра повторяется.

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.

Хоровод с куклой (проводится с 2-3 детьми)

Ход игры. Воспитатель приносит новую куклу. Она здоровается с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла предлагает потанцевать. Воспитатель ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая детскую мелодию (например, «Веселую дудочку» М. Красева).

Вариант: игра проводится с мишкой.

Догонялки (проводится с 2-3 детьми)

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.

Солнечные зайчики

Ход игры. Воспитатель зеркалом пускает солнечных зайчиков и говорит при этом: Солнечные зайчики.

Играют на стене.

Помани их пальчиком,
пусть бегут к тебе!
По сигналу «Лови зайчика!» дети пытаются его поймать.
Игру можно повторить 2-3 раза.

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.

Собирание сокровищ

Ход игры. На прогулке воспитатель собирает вместе с ребенком «сокровища» (камешки, стручки, веточки, листья, раковины) и складывает их в корзину. Выясняет, какие «сокровища» вызывают у малыша наибольший интерес (это подсказывает дальнейшие пути общения). Затем называет какое-либо «сокровище» и просит достать его из корзины.

Ловись, рыбка

Материал. Картонная коробка, металлические пробки от бутылок («рыбки»), магнит, палочка и веревка (для удочки).

Ход игры. В картонную коробку помещают несколько металлических пробок от бутылок, желательно разного цвета. К одному концу веревки (или тесемки) привязывают палочку, а к другому – брусочек магнита. Воспитатель показывает ребенку, как выуживать «рыбок» из коробки, притягивая металлические пробки магнитом. Если пробки разного цвета, то малышу можно предложить вытянуть, например, красную рыбку. После того как будут извлечены все пробки, взрослый считает их («Вот сколько рыб мы поймали!») и игра начинается сначала.

Игра способствует развитию согласованности движений.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно «пальчиковыми» играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений.

Кто в кулачке?

Ход игры. Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать и просит его повторить это. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.

Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай!

(Выставить вперед большой палец.)

Игра с кистями рук

Ход игры: (Выполняя движения, воспитатель просит ребенка повторять их.) Взрослый отпускает пальцы вниз и шевелит ими – это «струи дождя». Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцами – «кисточкой» кружки на щеках ребенка, проводит сверху вниз линию по его носу и делает пятнышко на подбородке.

Стучит кулаком о кулак, хлопает в ладоши. Чередую такие действия, воспитатель создает

определенную последовательность звуков, например: стук-хлоп, стук-стук-хлоп, стук-стук-хлоп и т.п.

Приведенные ниже игры не только ободряют робкого и развешают плачущего, но и успокаивают слишком расшалившегося, переключают внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.

Покатаемся на лошадке

Материал. Лошадка-качалка (если лошадки нет, то можно посадить ребенка на колени).

Ход игры. Воспитатель сажает ребенка на лошадку-качалку и говорит: «Маша едет на лошадке, (произносит тихим голосом) нно-нно». Ребенок тихо повторяет: «Нно-нно».

Взрослый: «Чтобы лошадка бежала быстрее, громко скажи ей: «Нно-нно, беги лошадка!»

(Сильнее раскачивает ребенка) Малыш повторяет фразу вместе с воспитателем, затем самостоятельно. Взрослый добивается, чтобы ребенок произносил звук «н» протяжно, а все звуко сочетание – громко и четко.

Игра развивает речевую активность.

Дуть во что-нибудь и на что-нибудь

Ход игры: Воспитатель дует на маленький воздушный шарик через соломинку, заставляя его перемещаться по комнате. Дует на все пальцы, затем на каждый по отдельности.

Сдувает листочек с ладони ребенка. Дует на цветок или травинку. Ребенок повторяет действия взрослого.

Книжка-угадайка

Материал. Записная книжка с проволочной спиралью.

Ход игры. Наклеивают в записной книжке через страницу (на правой стороне) картинки с изображением известных ребенку предметов. Каждую страницу без картинок разрезают на несколько горизонтальных полосок, начиная с левого края. Рассматривая книжку вместе с малышом, воспитатель постепенно отворачивает полоску за полоской. Ребенок старается угадать, что изображено.

Игра развивает воображение и логическое мышление.

Забава с увеличительным стеклом

Материал. Увеличительное стекло (предпочтительно пластмассовое)

Ход игры. На прогулке воспитатель дает ребенку травинку. Показывает, как смотреть на нее через лупу. Предлагает ребенку посмотреть сквозь увеличительное стекло на пальцы и ногти – это обычно зачаровывает малыша. Прогуливаясь по участку, можно исследовать цветок или кору дерева, рассмотреть кусочек земли: нет ли там насекомых и т.д.

Игра развивает наблюдательность.

Вместе с мишкой.

Материал. Игрушечный медвежонок.

Ход игры. Воспитатель беседует «на равных» с мишкой и ребенком, например: «Катя, тебе нравится пить из чашки?», «Миша, нравится тебе пить из чашки?» Делает вид, что поит мишку чаем. Затем проделывает с мишкой другие манипуляции.

Такие действия формируют у ребенка навыки сюжетной игры.

Чертим разные фигуры

Материал. Принадлежности для рисования (бумага, мягкие цветные карандаши).

Ход игры. Воспитатель садится с ребенком за стол или на пол. Рисует на бумаге круг.

Затем дает ребенку карандаш и водит его рукой с карандашом по бумаге, стараясь нарисовать круг. Говорит ему, когда закончит: «Какая хорошая получилась картинка».

Таким же образом помогает малышу рисовать другие фигуры, проводить зигзагообразные линии и каждый раз повторяет: «Какая хорошая получилась картинка». Затем предлагает ребенку действовать карандашом самостоятельно. Каждый раз, начиная игру, воспитатель берет карандаш другого цвета – это поможет ребенку научиться различать цвета.

Подобные игры способствуют развитию творческих навыков.

Игра с куклой

Материал. Кукла.

Ход игры. Дайте ребенку его любимую куклу (или мягкую игрушку), попросите показать, где у куклы голова, ноги, живот и т.д. Предложите причесать ее, умыть, накормить и т.д.

Собираем игрушки

Пригласите ребенка помочь вам собрать разбросанные игрушки, в которые он играл.

Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с ним положите ее в коробку.

Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее в коробку. Пока вы складываете игрушки, напевайте что-нибудь вроде: «Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, тра-ля-ля их на место убираем».

Дети 2-х 3-х летнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Передай колокольчик

Материал. Колокольчик.

Ход игры. Дети сидят на стульях полукругом. В центре стоит воспитатель с колокольчиком в руках. Он звонит в колокольчик и говорит: «тот, кого я позову, будет звонить в колокольчик». Девочка становится на место взрослого, звонит в колокольчик и приглашает другого ребенка, называя его по имени (или показывая рукой).

Зайка

Ход игры. Дети, взявшись за руки, вместе с воспитателем ходят по кругу. Один ребенок – «зайка» - сидит в кругу на стуле («спит»). Педагог поет песенку:

Зайка, зайка, что с тобой?

Ты сидишь совсем больной.

Ты не хочешь поиграть.

С нами вместе поплясать

Зайка, зайка, попляши

И другого отыщи.

После этих слов дети останавливаются и хлопают в ладоши. «Зайка» встает и выбирает ребенка, называя его по имени, а сам встает в круг. Игра повторяется.

Позови

Материал. Мяч.

Ход игры. Дети сидят на стульях. Воспитатель рассматривает вместе с ними новый яркий мяч. Вызывает одного ребенка и предлагает поиграть – покатайте мяч друг другу. Затем говорит: «Я играла с Колей. Коля с кем ты хочешь поиграть? Позови». Мальчик зовет: «Вова иди играть». После игры Коля садится на место, а Вова зовет следующего ребенка.

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.

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.

Все дальше и выше

Материал. Яркий мяч.

Ход игры. Ребенок сидит. Воспитатель, стоя на некотором расстоянии, бросает ему мяч и приговаривает: «Бросим дальше, бросим выше». Малыш ловит мяч.

Упражнение повторяется с другим ребенком.

Бегом к дереву

Ход игры. В двух-трех местах участка – к двери, к дереву, к скамейке – привязаны цветные ленты. Воспитатель говорит ребенку: «Я хочу побежать к дереву». Берет его за

руку и вместе с ним. Затем бежит с ребенком в другое, отмеченное лентой место, всякий раз объясняя, что собирается делать. После этого взрослый предлагает малышу самостоятельно побежать к дереву, к двери и т.д. Хвалит ребенка, когда он достигнет места назначения.

Еле-еле

Ход игры. Дети вместе с взрослым бегут по кругу, держась за руки. Воспитатель говорит или поет:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели, А потом, а потом

Все бегом, бегом, бегом! Тише, тише, не бегите,

Карусель остановите. Раз и два, раз и два,

Вот и кончилась игра!

В соответствии со словами песенки дети бегут по кругу все быстрее и быстрее, затем медленнее и останавливаются.

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 так медленно, с расстановкой, давая 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.

Огуречик, огуречик ...

Ход игры. На одном конце площадки – воспитатель (ловишка), на другом – дети. Они приближаются к ловишке прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

Огуречик, огуречик,

Не ходи на тот кончик,

Там мышка живет,

Тебе хвостик отгрызет.

При последних словах дети убегают, а воспитатель их догоняет.

Главной фигурой и центром внимания для двухлетних детей всегда остается взрослый, поэтому они с большим интересом наблюдают за его деятельностью. Если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры. В значительной мере помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Приложение № 12

Семинар по сказкотерапии для родителей.

Цель:

1. Сплочение коллектива.
2. Показать родителям пользу работы со сказками.
3. Научить практическим приемам работы со сказками.

Необходимые материалы. Куски старых обоев; краски; журналы с картинками, фотографиями; карандаши, фломастеры; кисти; ножницы; пластилин; различный бросовый материал; клей; небольшие карточки для написания первыми буквами имен участников; аудиокассета с записью спокойной музыки.

Ход занятия:

Упражнение «Круг».

Что ожидаете от семинара?

На семинаре я покажу некоторые приемы работы со сказкой. Все вы читаете сказки с детьми, но может не все догадываетесь то, что вы читаете детям сказки – уже является сказкотерапией.

Преимущество сказкотерапии в том, что этот метод родители и воспитатели могут использовать самостоятельно. Ведь дети обожают слушать сказки. Ведь каждое занятие со сказкой вы завершаете, обсуждая с ребятами ответы на вопрос: чему научила нас сказка и как мы эти знания будем использовать в ситуациях нашей жизни?

Таким образом, путешествуя по сказке, ребята становятся мудрее, познают жизнь, приобретают социальные навыки. Поэтому занятия сказкотерапией не уводят от реальности, а наоборот, приводят к ней.

Цели сказкотерапии: Использование сказкотерапевтических технологий дает родителю возможность помочь детям справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, способствовать интеллектуальному развитию, справиться с детскими капризами, страхами, развить чувство уверенности в себе, лидерские качества и т.д. Работа со сказкой, создают невидимый мост между ребенком и взрослым.

Сказки необычайно просты и полезны, часто такие сказки мамы сочиняют, ориентируясь на проблемы своего ребенка. Ребенок плохо кушает, плохо спит, дерется с другими ребятами, не хочет делиться или отбирает игрушки? Вам обязательно нужно познакомиться с воспитательными сказками

Участники сидят в кругу. К кому относится данное высказывание меняются местами.

- поменяйтесь местами те, кто всегда выполняет правила;
- кто верит, что чудеса существуют;
- кто до сих пор ждет принца;
- кто боится Бабы-Яги;
- кто верит в свои силы;
- кто любит сочинять сказки.

Если Ваш малыш много капризничает, добиться своего, следует рассказать ему сказку, где действует герой, который не плачет, не кричит, а добивается своей цели положительными способами, с помощью просьб, вежливых слов и т. д.

Но лишь только рассказать сказку недостаточно. Нужно обязательно обсудить ее с ребенком, обыграть, проанализировать плюсы новой поведенческой модели и сделать выводы. Малыш должен сам на некоторое время стать героем сказки, перевоплотиться в него в своем воображении. Тогда новый стиль поведения будет усвоен. Сказкотерапия ненавязчиво, щадящим способом воздействует на психику детей, воспитывая в них черты характера со знаком плюс: волю, оптимизм, целеустремленность, стойкость и т. д.

Сказки подбираются согласно возрасту ребенка. Детям в возрасте от 1-го до 4 х лет подходят произведения, где главными героями выступают животные.

Игра «Диалог».

Цель: снять эмоциональное напряжение, избавиться от комплексов, помочь ребенку раскрепоститься, развить мимические навыки, интонационную выразительность речи. Вам нужно по ролям озвучить картинку из сказки, голосом и мимикой передавая характер героев.

Игра «Изобразительный».

Сказка поможет Вам развить в ребенке навыки изобразительной деятельности, моторику рук, координацию движений. Вместе с ребенком вы можете рисовать, лепить, делать из бумаги сказочных героев. Предлагаю вам изобразить героев любой сказки. Команда соперников должна будет угадать Вашу сказку.

Предлагается изобразительный материал на выбор (пластилин, карандаши, цветная бумага).

Во время выполнения звучат песни о сказках.

Вот еще один любимый прием в сказкотерапии - это использование киносказкотерапии и мультсказкотерапии. Которые мы с Вами сейчас посмотрим.

Мы не просто включаем ребенку первый попавшийся фильм-сказку или мультфильм, а выбираем ту историю, которая сегодня актуален для малыша. Даже сами названия мультфильмов говорят, с какими темами при просмотре может встретиться малыш.

- «Жила-была Царевна - Не хочу в садик!» - Серия 11- Весёлые развивающие мультфильмы для детей
<https://www.youtube.com/watch?v=6qOZckSrEc8>
- «Смарт и Чудо-сумка» - Мультфильмы для детей. Смарт идет в садик
<https://www.youtube.com/watch?v=jKYHVuyHHBg>
- Интересный рассказ для детей « Я иду в детский сад»
https://www.youtube.com/watch?v=0lBwJYI8_L8
- Бурёнка Даша. «Детский сад» . Песни для детей
<https://www.youtube.com/watch?v=gbRDPR2sCTc>
- Стихи про детский сад «Что такое детский сад?» Весёлые обучающие стихотворения
<https://www.youtube.com/watch?v=pjG5tbCSubY>
- Аудио рассказ «Как котенок Кузя пошел в детский сад».
<https://www.youtube.com/watch?v=9deRTotfJjc>

- «Свинка Пеппа» Детский сад <https://www.youtube.com/watch?v=0uaadIU8pA0>

Упражнение «Калоши счастья» (10 мин.)

Цель: развитие позитивного мышления родителей. Задачи: развитие навыков самопознания, формирование навыков позитивного восприятия мира, развитие позитивной Я-концепции, развитие навыков эмоциональной саморегуляции.

Материалы и оборудование: «калоши счастья» (игровой элемент, обычные резиновые калоши, желательно большого размера с веселым дизайном), карточки с ситуациями,

Инструкция. У Андерсена есть сказка с названием Калоши счастья». В этой сказке фее подарили на день рождения калоши счастья, которые она решила отдать людям, чтобы те стали счастливее. Человек, который надевал эти калоши, становился самым счастливым человеком. Калоши исполняли все его желания, он мог перенестись в любое время или эпоху. Итак, я предлагаю вам обуть эти калоши и стать счастливым человеком. Я также буду зачитывать вам различные ситуации, а ваша задача — надев эти калоши, найти в ситуации, предложенной вам, позитивные стороны. Другими словами, посмотрите на ситуацию глазами счастливого человека-оптимиста.

Ожидаемый результат: участники игры, надев «калоши счастья», отвечают на предложенную ситуацию в позитивном ключе. Тому, кто затрудняется дать позитивный ответ, остальные участники игры помогают, предлагая свои варианты. Участники получают эмоциональную разрядку и позитивный настрой.

Карточки с предложенными ситуациями и возможными вариантами ответов к игре «Калоши счастья»

Вы потерялись в незнакомом городе.

- Отлично, посмотрю его достопримечательности.

У Вас возник конфликт с мамой ребенка из вашей группы.

- Хорошая возможность выяснить взгляды конфликтных сторон на воспитание ребенка

На работе задержали зарплату.

- Можно сэкономить на чем-то.
- Можно теперь сесть на диету.

По дороге на работу вы сломали каблук.

- Хороший повод купить новые сапоги.

Ребенок начал драться

- Наконец, смог дать сдачу.

Вас оправили в отпуск в ноябре.

- Наконец, отдохну!

Вы внезапно заболели.

- Хороший повод отдохнуть.

- Заняться наконец-то своим здоровьем.

У меня гиперактивный ребенок.

- Есть возможность попробовать свои силы в работе с таким ребенком.
- Хорошая возможность освоить новые методы работы с ребенком.

Ребенок пришел из детского сада грязный

- Есть повод научить его опрятности.

Визуализация «Чаша Добра»

Сядьте удобно, закройте глаза. Представьте перед собой свою любимую чашку. Мысленно наполните ее до краев своей добротой. Отлейте из своей чашки доброты соседу справа и слева. Не жалейте! А сейчас посмотрите в свою чашку. Она пустая или полная? Почему? Вы можете делиться своей добротой с другими, и ваша чашка всегда будет оставаться полной. Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажите: «Это я! У меня есть такая чашка доброты, и я буду дарить ее другим людям!»

Заключительный этап. Рефлексия

Дорогие родители, подошла к концу наша встреча. Желаю Вам, чтобы сказка была неизменным вашим другом и спутником. Как сказал Джордж Мартин «Сказки, как старые друзья, их надо навещать время от времени. Давайте не будем их забывать».

Терапевтическая сказка «Как слоненок Стёпка пошел в детский сад»

В процессе поступления в дошкольное образовательное учреждение ребенок переживают адаптационный стресс.

Детям младшего дошкольного возраста свойственна эмоциональность и впечатлительность. Они быстро заражаются как положительными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражают их действиям.

Метод сказкотерапии призван помочь ребенку преодолеть стрессовую ситуацию, связанную с адаптацией в детском саду.

Цель сказки – оказать помощь в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Задачи:

1. снятие эмоционального и мышечного напряжения;
2. снижение чувства тревоги;
3. развития внимания, восприятия, речи, воображения.

Как слоненок Стёпка пошел в детский сад

В одном сказочном городе жил маленький слоненок Стёпка, у него были друзья-бегемотик Тишка и обезьянка Мушка. Все лето друзья бегали во дворе, лепили куличики из песка, играли и веселились. Наступила осень, Тишка и Мушка пошли в детский сад. Слоненку Степке стало очень грустно, ведь теперь ему было не с кем играть.

Однажды, мама-слониха разбудила Степку рано утром и сказала:

- Сынок, ты стал совсем большой! Сегодня ты пойдешь в детский сад, вместе со своими друзьями – Тишкой и Мушкой, а вечером я и папа заберем тебя домой.

Стёпка давно хотел пойти в детский сад, он очень скучал по своим друзьям и мечтал играть с ними вместе, только немножко боялся, вдруг его обидят или будут ругать. Слоненок быстро встал с постели, умылся, оделся и отправился с мамой в детский сад.

В детском саду было очень красиво и интересно, но тут Стёпка вспомнил, что ему придется расстаться с мамочкой на целый день и хотел уже заплакать. Слониха нежно обняла его и поцеловала в щечку. Степка успокоился. В это самое время появилась воспитательница - тетя Медведица, она улыбнулась, взяла слоненка за ручку и пригласила в группу.

Вечером, по дороге домой, Стёпка рассказывал маме и папе, как понравилась ему в детском саду, сколько новых друзей у него появилось, какая добрая воспитательница, как они делали зарядку, играли, гуляли, путешествовали на ракете и кушали настоящий «космический» обед.

- Мамочка, а мы завтра пойдем в детский сад? – спросил слоненок.

- А ты не будешь плакать? – поинтересовалась мама.

- Нет, не буду, я понял, что в садике очень хорошо!!!

С тех пор слонёнок Степка каждый день ходит в садик и всем советует!!!

Не хочет есть

Заставлять детей есть - нельзя! Каждый ребёнок способен сам решать что, когда и сколько ему есть. Дети умеют прислушиваться к своему организму, а он в точности может определить чего, каких веществ ему в данный момент не хватает. Особенно нельзя заставлять малыша есть, когда он болен.

Предлагая ребёнку еду с помощью уговоров, а порой и угроз, мы можем «отбить» у него пищевой интерес, и, тогда он перестанет испытывать радость от принятия пищи. Он будет воспринимать этот процесс не как радостный, приятный и полезный, а как насилие над собой.

Но, как известно, все дети очень любят сладкое. И часто, вместо того, чтобы съесть тарелку супа, ребёнок предпочитает лакомиться конфетами или печеньем. Вот тогда-то вам и придет на помощь сказкотерапия. Расскажите малышу занимательную историю, вместо долгих мучительных наставлений.

Как Илюша животик кормил

Татьяна Холкина

Жил-был мальчик. Звали его Илюша. И было ему столько же лет, что и тебе.

Съел Илюша перед обедом конфетку, а тут его мама за стол позвала. Налила ему суп, а Илюша капризничал:

- Я не голодный, я уже конфетой пообедал!

- Но ты же нагулялся, набегался, тебе хорошо покушать надо, - убеждает его мама.

- Не хочу! - капризничает Илюша.

И вдруг слышит: кто-то плачет. Оглянулся - никого нет. Кто же это? Прислушался Илюша к себе. А это, оказывается, его животик плачет!

- Что с тобой? - испугался Илюша. - Кто тебя обидел?

- Вот сижу, жду обеда, а горлышко мне ничего не дает! А я кушать хочу!

Илья горлышко строго спрашивает:

- Ты почему животуку кушать не даешь? Он там с голоду умирает!

А горлышко отвечает:

- У меня самого с утра маковой росинки не было! Я тоже голодное! Меня ротик не накормил!

Стал Илюша ротик ругать:

- Ты почему горлышко не кормишь? Из-за него и животик плачет!

А ротик отвечает:

- Ты же, Илюша, суп не ел. И я, ротик, суп не ел. И горлышку ничего не досталось. Поэтому и животик голодный.

- Я же тебе конфетку дал, - возмущается Илюша. - Надо было поделиться!

- Этой конфетки мне одному мало. Разве это еда?! Она во рту растаяла, и нет её. До животика ничего не дошло.

Что же делать? Жалко Илье свой родной животик.

Схватил он ложку и стал суп в рот складывать. Ротик сразу обрадовался, жуёт и горлышко угощает. А горлышко в животик суп отправляет. Илюша всю тарелку супа съел и спрашивает:

- Ну что, животик, наелся?

- Нет ещё, - кричит животик. - Второе хочу! Илюша и картошку съел.

- Ну, теперь наелся?

- А компот? - спрашивает животик. Илюша у мамы компот попросил.

- Ну, наелся?

А у животика даже сил ответить нет - такой полный. Только булькать может.

- Буль-буль. Спасибо тебе, Илюша, - пробулькал животик. - Вот теперь я наелся. А маме спасибо за вкусный суп!

Илюша маме и говорит:

- Мама, тебе мой животик спасибо сказал!

- Пожалуйста, мои дорогие! - довольно улыбнулась мама.

ребенок.

Приложение № 12

Тренинг «Родительские страхи и как их победить».

Цель: повышение психологической компетентности родителей по вопросам профилактики страхов при адаптации ребенка к детскому саду, преодоление негативных переживаний, снижение эмоционального напряжения.

Ведущий. Добрый вечер, дорогие родители. Я благодарю вас за то, что вы пришли на тренинг. Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу.

Сегодня мы с вами рассмотрим приемы преодоления страхов и тревожности у людей с помощью арт-терапевтического метода экспрессивного рисования. Экспрессивный рисунок является безопасным способом «выпустить пар» и разрядить напряжение. С помощью зрительных образов участнику легче выразить неосознаваемые внутренние конфликты и страхи, чем высказать их в словах.

Арт-терапевтические упражнения служат средством свободного самовыражения и самопознания, предполагают атмосферу доверия, внимания к внутреннему миру человека.

*В ходе работы нам предстоит друг с другом общаться, поэтому просьба ко всем участникам: подписать и прикрепить **визитки-бейджики**, чтобы все знали, как к вам обращаться.*

Тема сегодняшнего тренинга: «Страхи родителей, когда ребенок идет в детский сад». Приступы страха – это своеобразная защитная реакция человека на ситуацию, которая кажется угрожающей. Чаще всего скрытой причиной такой реакции является стресс.

Знакомство.

Упражнение «Доброе тепло» (10 мин.)

Цель: содействие сплоченности в группе, создание доброжелательной атмосферы.

Сейчас я предлагаю вам познакомиться друг с другом.

Встаньте в круг и возьмитесь за руки. От меня вправо (влево) пойдет «тепло», то есть я легонько прикоснусь своим плечом к плечу соседа, называя своё имя, написанное на визитке-бейджике, и вспоминая, как ласково называли меня в детстве, мой сосед так же – к следующему, и так по кругу. Давайте попробуем.

А теперь то же самое, но с закрытыми глазами. Посмотрим, как группа дружно работает.

Сложно было выполнять задание? Почему? Каковы ваши ощущения после выполнения задания?

Упражнение «Нить повествования».

Возьмите клубок ниток. Придумайте начало рассказа о ребёнке, который боялся идти в детский сад. Например, такое: «Жил на свете мальчик Петя. Он был добрый и умный. У него были любящие родители. Наверное, всё у Пети было бы хорошо, если бы не его страхи. А боялся он...». На этих словах передайте клубочек друг другу, оставив в своей руке конец нити. Родитель должен продолжить историю и наделить Петю какими-то страхами. Скорее всего, это будут страхи самого родителя или те, которые он давно пережил.

Повествование (передача клубка) продолжается до логического конца, где страх перестает быть устрашающим.

В помощь можно заготовить карточки, которые при совпадении с ответами родителей открывать.

- **Заболеет**

Самый страшный страх – это болезни. Действительно, в детском саду малыши болеют чаще, чем дома. Но если у ребёнка слабый иммунитет, то к нему могут приставать инфекции и в тепличных условиях. Практика показывает, поначалу в детском саду ребёнок болеет часто, но со временем переносит заболевания всё легче и хватает вирусы всё реже.

Что делать? Закаливайте ребёнка: хорошо помогают посещение бассейна, обливания, умывание холодной водой и ходьба босиком дома.

Формула аутогенной тренировки:

Если Вы боитесь что ребенок будет болеть, повторяйте себе:

«Мой ребенок – самый здоровый ребенок на всем белом свете. У меня отсутствует чувство страха перед болезнью ребенка. Он(она) здоров(а)(а) и весел(а), и так будет всегда. Здоровье ребенка – в моих руках, поэтому я уверена, что болезни обойдут нас стороной. Он (она) делает зарядку, закаляюсь, именно поэтому болезни не любят и обходят стороной моего ребенка».

- **Будет плакать**

Конечно, будет – первые дни, по несколько минут при расставании. А потом увлечётся и забудет.

Что делать? Обнимайте ребенка на данном этапе чаще обычного.

- **Его обидят**

Особенно страшно, если вы привыкли постоянно находиться рядом с ребёнком и защищать его в любых ситуациях. В детском саду малыш будет сам строить отношения со сверстниками и учиться постоять за себя. Относитесь к этому положительно: это необходимо.

Что делать? Если вы знаете, что ребёнок очень стеснительный и пугливый, скажите об этом воспитателю, а дома разучите с ним несколько фраз, с которыми он может обратиться к ребятам, чтобы завязать отношения.

- **Его будут ругать**

Только, если малыш не будет подчиняться режиму.

Что делать? Приучайте ребёнка к саду заранее: укладывайте дома на дневной сон, поощряйте самостоятельное владение столовыми приборами, приучайте к горшку.

- **Не будет есть**

Очень даже возможно, если ребёнок не приучен к пище, которую дают в саду.

Что делать? Решить проблему легко – надо заранее ознакомиться с меню дошкольного учреждения и готовить такие блюда дома.

- **Оденут не так**

Страшилки про гуляющих зимой детей в сандалиях и без шапки гуляют из уст в уста, но на практике такое случается крайне редко.

Что делать? Положите в шкафчик вашего ребёнка всё необходимое, включая запасные штанишки, шапку и варежки. И учите ребенка обслуживать себя самостоятельно и просить взрослых о помощи, в случае, если сам не справляется.

- **Научат дурному**

По мнению психолога, это влияние общественной среды, а не детского сада. Научиться плохому малыш может где угодно, даже дома, ведь дети моментально схватывают что-то новое, и нехорошее в том числе.

Что делать? В случае если вы заметили в поведении ребенка вещи, неприемлемые для вас, не акцентируйте на этом внимание. Не ругайте, корректно и спокойно объясните ему, что в вашей семье так не принято. Таким образом, вы расширяете его кругозор, ведь рано или поздно он все равно с этим столкнется.

Чаще дурному влиянию подвержены дети, чьи родители склонны к гиперопеке. Взрослые постоянно поучают чадо, как нужно делать, что нужно делать... Попадая в любое социальное учреждение, такой ребенок начинают копировать чье-то поведение. Родителям следует объяснить малышу, что хорошо, а что плохо.

Упражнение «Стаканы»

Цель: с помощью метафоры обратить внимание родителей на необходимость гуманного отношения к воспитанию ребенка

Материал: три стакана с водой, чайная ложка, золотой порошок, ком земли.

Инструкция: перед Вами три стакана с чистой водой. Представим, что каждый из них - это ребенок, родившийся с чистыми чувствами, в которого еще не сформировались или только начинают формироваться взгляды на мир и представления о нем.

Итак, возьмем первый стакан и оставим его неизменным. Что происходит в этом стакане? Мы не знаем наверняка, что-то может в него попасть без нашего внимания.

Во второй стакан бросим кусочек земли и размешаем его. Что произошло в стакане? Вода стала грязной и темной.

В третьей стакан добавим золотой порошок. Что происходит в этом стакане? Вода заиграла золотыми искорками.

Вывод: Так происходит и в воспитании вашего ребенка. Когда мы оставляем его без должного внимания и надзора, он может развиваться и дальше. Но в каком направлении? Когда мы вкладываем в ребенка только «грязь» - крик, нарекания, недовольство то ребенок начинает так же отвечать и нам. Когда же мы вкладываем в ребенка внимание, любовь, уважение, то и ребенок отвечает нам доброжелательностью, нормальным гармоничным развитием своей личности.

Упражнение «Отработай свой страх»

Цель: преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

Материалы: цветные карандаши либо фломастеры, готовые клипарты, бумага А4.

Процедура: Участникам предлагается приклеить, дорисовать свой страх в зеркале и ему дать имя. Участники по очереди рассказывают о своих рисунках. Идёт обсуждение. Вопросы:

Что изображено на рисунке? Расскажи о нём подробнее.

Какие ощущения у тебя возникали во время приклеивания, рисования?

Упражнение «Мусорное ведро»

Ведущий предлагает скомкать листочки со своими страхами и выбросить в мусорное ведро со словами: «Эти страхи мне больше не нужны» Вопросы: Какие ощущения у тебя возникали во время «избавления»? Изменилось ли твоё отношение к данному страху теперь?

Упражнение «Защитный амулет»

Цель: снижение психозэмоционального напряжения.

Материалы: плоские камни и пластилин.

Процедура: Предлагается из предложенных материалов сделать себе личный амулет для защиты от страхов.

Вопросы:

Представьте свой амулет другим.

Как действует ваш амулет?

Какими свойствами он обладает?

Как он поможет Вам справиться с Вашим страхом?

Завершение

Вопросы для итогового обсуждения.

Изменилось ли ваше отношение к страху после тренинга? И какое оно теперь?

Как Вы теперь относитесь к своим страхам?

Что помогло преодолеть Ваш страх?

Какое влияние оказала группа на преодоление Вашего страха?

Какие выводы вы сделали для себя?

ПАМЯТКА

Методы преодоления страхов

- ✓ Научитесь выражать свой страх в рисовании. Пытайтесь больше заниматься творческой деятельностью, когда вас посещают мрачные мысли. Помните, что творческой может быть даже обычная готовка.
- ✓ Не ставьте ребенка без конца на первое место. Помните, что в некоторых моментах он действительно может позаботиться о себе сам.
- ✓ Выпишите на листочек все свои страхи и напишите рядом, что может произойти, если они сбудутся. Далее проанализируйте – действительно ли это страшно, или может стать для ребенка новым опытом.
- ✓ Не придумывайте страхов там, где их нет. Старайтесь смотреть на мир более реально.

- ✓ Постарайтесь работать со своей мнительностью – откажитесь от драматических фильмов, передач, историй.
- ✓ Помните, что вы не способны контролировать жизнь ребенка на все 100%, поэтому в некоторых моментах постарайтесь расслабиться и довериться течению жизни.

Приложение № 15 Семейный компонент (потешки)

Потешки в режимных моментах

1. До и после дневного сна:

- а) укладывание детей спать;
- б) пробуждение после дневного сна.

2. Культурно-гигиенические навыки:

- а) при расчёсывании;
- б) при приёме пищи;
- в) при умывании;
- г) при одевании.

3. Для поднятия настроения:

- а) потешки-утешалки;
- б) потешки-развлекалки.

4. Наблюдение за природой:

- а) про дождик;
- б) про радугу;
- в) про солнышко;
- г) про мороз;
- д) про животных, птиц и насекомых.

До и после дневного сна

А) Укладывание детей спать

1. Ой-ли, ой-ли, ой, люли,
 Прилетели голуби,
 Стали гули ворковать,
 Нашу деточку качать.
 Баю-бай, баю-бай,
 Поскорее засыпай,
 Баю-бай, баю-бай,

Спи, малыш мой, засыпай.

2.Баю-баю-баиньки,

Прибежали зайньки.

Пошёл зайка под липку,

Нашёл себе скрипку.

Надо зайку поймать,

Скрипочку отобрать!

Скрипочку отобрать –

Станет Таня засыпать.

3.Ай, бай, бай, бай,

Ты собачка, не лай!

Ты, корова, не мычи!

Ты, петух, не кричи!

Наш мальчик будет спать,

Станет глазки закрывать.

4.Баю-бай, усни, Катюшка,

Моя зайка-веселушка,

Глазки, зайка, закрывай,

Баю-баю-баю-бай.

5. Маленькие зайньки

Захотели баиньки,

Захотели баиньки,

Потому что зайньки.

Мы немножечко поспим,

Мы на спинке полежим,

Мы на спинке полежим

И тихонько посопим.

6.Мы гуляли, мы играли

И немножечко устали.

Чтобы сил ещё набрать,

Надо нам чуть-чуть поспать.

Уберём игрушки,

Приляжем на подушки.

Ты закроешь глазки,

И приснится сказка:

Про кота мурлыку,

Журавля-курлыку,

Курочку-квохтушку,

Лягушку-попрыгушку,

Лисоньку-хитрулю,

Мышку-крохотулю,

Зайчика-хвастушку,

И жужжалку-мушку,

Про шмеля-гуделку,

Хлопотушку-белку,

Про сладёну-мишку.

Спи, моя малышка!

7. Ходит сон у колыбели - баю, баю.

Чьи тут глазки спать хотели - знаю, знаю.

Ты не три их кулачками, закрывай,

Сон качает колыбельку, засыпай.

8. Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик уж вздремнул,

Этот пальчик уж уснул.

Этот крепко, крепко спит,

И тебе он спать велит.

9. Спят котята на окошке,

Спит собака на дорожке,

Спят козлята на лугу,

Солнце рыжее в стогу,
Спи, Валюшка, ты устала,
Песню я начну сначала.

10.Баю-баюшки-баю!
Не ложися на краю:
Придёт серенький волчок,
Он ухватит за бочок,
Он ухватит за бочок
И потащит во лесок,
Он потащит во лесок
Под ракитовый кусток.
К нам, волчок, не ходи,
У нас Надю не буди.

11.Баиньки, баиньки,
Прибежали зайчики,
Сели на скамейку,
Попросили лейку,
Поливали огород,
Где капуста растёт.

12.Баю-бай! Васик — бай!
Ты, собачка, не лай!
Ты, бычок, не мычи!
Ты, медведь, не рычи!
Волк, миленький, не вой!
Петушок, дружок, не пой!
Все должны теперь молчать:
Васик хочет спать...
Баю-бай! Васик — бай!
Ножками не болтай,
Глазками не моргай,
Смеяться не надо,
Ладушко-ладо!

Б) Пробуждение после дневного сна

1.Мы проснулись, потянулись,
Вместе солнцу улынулись.
Здравствуй, солнышко-колоколнышко!

2.Встали мы с подушечки,
Ручки - потягушечки,
Ножки - побегушечки,
Вместе - порастушечки.

3.Вот проснулись, потянулись,

С боку на бок повернулись!
Потягушечки! Потягушечки!
Где игрушечки, погремушечки?
Ты, игрушка, погреми,
Нашу детку подними!

Культурно-гигиенические навыки

А) При расчёсывании

1. Уж я косу расчешу,
Уж я русу заплету,
Я плету, плету, плету,
Приговариваю:
- Ты расти, расти, коса,
Всему городу краса.
2. Чешу, чешу волосоньки,
Расчёсываю косоньки!
Что мы делаем расчёской?
Тане делаем причёску.
3. Петушок-петушок,
Подари мне гребешок.
Ну, пожалуйста, прошу,
Я кудряшки расчешу.
4. Расти, коса, до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, косонька, до пят,
Все волосоньки в ряд.
Расти, коса, не путайся,
Маму, дочка, слушайся.

Б) При приёме пищи

1. Кушай, кушай кашку с голубенькой чашки,
Кушай побыстрее, кушай веселее.

Кашка сладка, из густого молока,
Из густого молока да манной крупки.
У того, кто кашу съест, вырастут все зубки.

2. Утка - утёнка, мышка - мышонка,
Кошка - котёнка звала на обед.
Утки - поели, мышки – поели,
Кошки - поели, а ты - еще нет.

3. Глубоко - не мелко корабли в тарелках
Луку - головка, красная морковка,
Петрушка, картошка, крупки немножко.
Вот кораблик плывёт, заплывает прямо в рот.

4. Идёт коза, во лбу - рога,
Идёт, ворчит, клюкой стучит.
Несёт коза каши горшок:
- Ну-ка, ешь, дружок!
Ешь, не зевай, молочком запивай.
А не то - ме-ме! - попадёшь на рога мне.

5. Это - ложка, это - чашка.
В чашке - гречневая кашка.
Ложка в чашке побывала,
Кашки гречневой не стало!

6. Каша вкусная дымится,
Лёша кашу есть садится,
Очень каша хороша,
Ели кашу не спеша.
Ложка за ложкой,
Ели понемножко.

7. Гу-гу-гу, гу-гу-гу,
На зелёном на лугу,
На зелёном на лугу

Стоит чашка творогу.
Прилетели две тетери,
Поклевали, улетели.
Как они летели,
Мы на них глядели. Ам!

8. На моей тарелочке
Рыженькая белочка.
Чтоб была она видна,
Все съедаю я до дна!

9. Умница Катенька,
Ешь кашу сладенькую,
Вкусную, пушистую,
Мягкую, душистую.

В) При умывании

1. Утром мы водичкой моем руки, личико.
Плих и плюх, плих и плюх!
Убегай грязь от чистюх.

2. Водичка, водичка, умой моё личико,
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щёчки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

3. Щечки? Мыли.

Носик? Мыли.

А глазки? Забыли.

4. Знаем, знаем, да-да-да,
В кране прячется вода!

Выходи, водица!

Мы пришли умыться!

Лейся понемножку

Прямо на ладошку!

Будет мыло пениться,

И грязь куда-то денется!

5.Ай, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды,

Чисто умываемся,

Маме улыбаемся.

6.Кран, откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу, оба глаза!

Мойтесь, уши, мойся, шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

Грязь, смывайся!

Грязь, смывайся!

Г)При одевании

1.Мы на пухлые ручонки

Надеваем рубашонку.

Повторяй за мной слова:

Ручка раз, и ручка два!

Застегнём застёжки

На твоей одежке:

Пуговки и кнопочки,

Разные заклёпочки.

2.Если хочешь прогуляться, нужно быстро одеваться,

Дверцу шкафа открывай, по порядку надевай.

Первыми - трусики, а за ними - маечку:

Девочке - с бусинкой, мальчику - с зайчиком.

А потом колготки мы с тобой наденем,

Каждую ножку в домик свой поселим.

Вот и до рубашечки добрались с тобой,
Здесь у каждой ручки домик тоже свой.
А теперь штанишки смело одевай,
В них свою рубашечку умело заправляй.
Посмотри: на улице стало холодать.
Пришло время кофточку деткам одевать.
А теперь давай в сапожки мы обуем наши ножки.
Чтобы ушки не болели, быстро шапочку надели.
А потом и куртку для длительной прогулки.

3. Что случилось у Маринки?

Перессорились ботинки,
Друг от друга отвернулись,
Рассердились и надулись.

Поменяли их местами,
Перестали дуться сами.

4. Таня варежку надела:

- Ой, куда я пальчик дела?
Пальчик в домик не попал!
Таня варежку сняла,
Таня пальчик свой нашла.

Для поднятия настроения

А) Потешки-утешалки

1. У кошки - болит,
У собаки - болит,
У лошадки - болит,
А у Саши не болит!
2. У лисы боли,
У волка боли,
А у Вани боль на берёзку улети!
3. Не плачь, детка,

Прискачет белка,

Принесёт орешки

Тебе для потешки!

4.От моей Оли уходите боли

На чистое поле, на синее море, на тёмный лес,

На калину, на рябину, на горькую осину!

5.А, кокля-мокля, глазоньки промокли.

Кто будет детку обижать, того коза будет бодать.

6.Кто тут плачет, ой-ой-ой! Говорят - сынишка мой!

Нет, не плачет мой сынок, зря вы говорите.

Улыбается уже - посмотрите!

7.У собачки не боли,

У кошки не боли,

И у Артёма заживи.

8.Не плачь, не плачь,

Куплю калач.

Не плачь, дорогой,

Куплю другой.

Не плачь, не кричи,

Дам тебе три.

Б)Потешки - развлечения

1.В руки мы берём совочек,

Сыплем жёлтенький песочек.

Помогай мне, не ленись!

Наш куличик, получишь!

2.Вот болотце на пути!

Как его нам перейти?

Прыг да скок!

Прыг да скок!

Веселей скачи, дружок!

3. Заинька, выйди в сад,
Серенький, выйди в сад,
Зайка, зайка, выйди в сад,
Серый, серый, выйди в сад!
Заинька, сорви цвет,
Серенький, сорви цвет,
Зайка, зайка, сорви цвет,
Серый, серый, сорви цвет!
Заинька, свей венок,
Серенький, свей венок, Зайка, зайка, свей венок,
Серый, серый, свей венок.
Заинька, попляши,
Серенький, попляши.
Зайка, зайка, попляши,
Серый, серый, попляши.

4.- Кисонька-мурысенька, ты где была?

- На мельнице.
- Кисонька-мурысенька, что ты там делала?
- Муку молола.
- Кисонька-мурысенька, что из муки пекла?
- Прянички.
- Кисонька-мурысенька, с кем прянички ела?
- Одна.
- Не ешь одна, не ешь одна! (*грозим пальчиком*)

5. Медвежата в чаще жили,

Головой своей крутили,

Вот так, вот так, головой своей крутили.

(*поворачиваем голову вправо и влево*)

Медвежата мёд искали,

Дружно дерево качали,

Вот так, вот так, дружно дерево качали.

(наклоны туловищем вправо и влево)

И вразвалочку ходили,

И из речки воду пили,

Вот так, вот так, и из речки воду пили.

(наклоны в перёд)

А ещё они плясали,

Дружно лапы поднимали,

Вот так, вот так, кверху лапы поднимали.

(поднимаем ручки)

6. На лошадке ехали, в огород заехали:

(лёгкие приседания, руки вытянуты – «держат вожжи»)

Гоп-гоп-гоп! Гоп-гоп-гоп!

(хлопки: два коротких, один длинный)

На машине ехали, до угла доехали:

(повороты руками, которые будто держат руль)

Би-би-би! Би-би-би!

(большими пальцами надавить «сигнал»)

Паровозом ехали, до горы доехали:

(рука сжата в кулаке вверх, движения руки вниз-вверх, вверх-вниз)

У-у!

(широкое движение рукой сверху вниз)

7. Ножки, ножки, где вы были?

- За грибами в лес ходили.

- А вы, ручки, помогали?

- Мы грибочки собирали.

- А вы, глазки, помогали?

- Мы искали да смотрели, все пенёчки оглядели.

Вот и Ванечка с грибком,

С подосиновичком.

8. У меня пропали ручки. *(спрятать за спину)*

Где вы, рученьки мои?

Раз, два, три, четыре, пять,

Покажитесь мне опять! *(показать)*

У меня пропали ушки. *(закрыть ладонями)*

Где вы, ушеньки мои?

Раз, два, три, четыре, пять,

Покажитесь мне опять! *(показать)*

У меня пропал носик. *(закрыть ладонями)*

Где ты, носик мой?

Раз, два, три, четыре, пять,

Покажись мне опять! *(показать)*

9. Шёл старик дорогою, дорогою, дорогою,

Нашёл козу безрогую, безрогую, безрогую.

Давай, коза, попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем,

Да ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем.

А коза бодается, бодается, бодается,

А старик ругается, ругается, ругается.

10. Мальчик-пальчик, где ты был?

С этим братцем — в лес ходил.

С этим братцем — щи варил.

С этим братцем — кашу ел.

С этим братцем — песни пел.

11.- Ладушки-ладушки, где были?

- У бабушки.

- Что ели?

- Кашку.

- Что пили?

- Молока чашку.

Попили, поели.

Шууу! Улетели!

На головку сели.

Сели, посидели,

Дальше полетели.

12.Сорока-сорока,

Сорока-белобока,

Кашку варила,

Деток кормила!

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

Этому дала,

А этому не дала:

- Ты воды не носил,

Ты дров не рубил,

Ты печь не топил,

Ты чашки не мыл!

Кашу сами мы съедим,

А лентяю не дадим!

13.Динь-дон, динь-дон,

Где-то слышен перезвон,

Погремушки у ребят

Очень весело звенят.

14.Я - рыжая лисица,

Я бегать мастерица,

Я по лесу бежала,

Я зайку догоняла

И в ямку – бух!

Наблюдения на прогулке

А)Про дождик

1.Кап-кап-кап - закапал дождик.

Быстро мы раскрыли зонтик.

Раз, два, три, четыре, пять!

Дождику нас не достать!

2.Дождик, дождик, посильней,

Будет травка зеленей,

Вырастут цветочки

На нашем лужочке.

Дождик, дождик, пуще,
Расти, трава, гуще.
Дождик, дождик, пуще!
Дам тебе гущи,
Выйду на крылечко,
Дам огуречика,
Дам и хлебца каравай,
Сколько хочешь поливай!

3. Дождик, дождик, веселей,
Капай, капай, не жалеи!
Только нас не замочи,
Зря в окошко не стучи!

Б) Про радугу

1. Радуга-дуга, не давай дождя,
Давай солнышка-колоколнышка!
2. Радуга-дуга, подавай дождя!
Нам - по ложке,
Медведю - по плошке,
А серому волку - по полному ведёрку!

В) Про солнышко

1. Солнышко, солнышко, выгляни в оконышко!
Солнышко, нарядись, красное, покажись!
Ждут тебя детки, ждут малолетки.
2. Солнышко - колоколнышко,
Ты пораньше взойди,
Нас пораньше разбуди:
Нам в поля бежать,
Нам весну встречать!
3. Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнату.

Мы захлопаем в ладошки –

Очень рады солнышку.

4.Солнышко-колоколнышко,

Не пеки за реку,

Пеки нам в окно,

Будет нам тепло.

5.Солнечные зайчики

Играют на стене.

Помани их пальчиком,

Пусть бегут к тебе!

Г)Про мороз

1.Ты, мороз, мороз, мороз,

Не показывай свой нос!

Уходи скорей домой,

Стужу уводи с собой.

А мы саночки возьмём,

Мы на улицу пойдём,

Сядем в саночки-самокаточки.

Д)Про животных, птиц и насекомых

1.Маленькая птичка

Прилетела к нам.

Маленькая птичка,

Зёрнышки я дам.

Маленькая птичка

Зёрнышки клюёт.

Маленькая птичка

Песенки поёт.

2.Улитка, улитка,

Выпусти рога -

Дам пирога,

Масленного-примасленного.

3.Божья коровка,

Полети на небо,

Принеси нам хлеба

Чёрного и белого,

Только не горелого.

4.Божья коровка,

Полети на небо -

Там твои детки

Кушают конфетки.