муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад № 258»

# "Добро пожаловать!"

проект по адаптации детей раннего возраста
к условиям детского сада.

**Авторы проекта:**
**педагог-психолог Стрекалова М.А.**
**Воспитатели :**
**Котова С.А., Булавкина Н.Е.,**
**Гусейнова О.Н.,Виткалова А.Н.,**
**Голубова Е.А., Яценка Е.А.,**
**БалагдинаО.В.,Ивашина Н.Н..**

**2022 г.**

*"Недостаточно внимательное*
*отношение к возрасту первого детства*
*отражается губительно на всей жизни*
*человека…"*
*В.М. Бехтерев*

Малыш переступает порог детского сада. В жизни ребенка наступает самый сложный период за все его пребывание в детском саду – период адаптации.Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.Это обстоятельство вносит в жизнь ребёнка серьёзные изменения, к которым необходимо привыкнуть: к отсутствию близких, родных людей; к соблюдению режим дня; к постоянному контакту со сверстниками и незнакомыми взрослыми.

Проект "Добро пожаловать!" направлен на то, чтобы избежать осложнений адаптационного периода и обеспечить оптимальное течение адаптации.

**Актуальность** выбранной темы заключена в том что, процесс адаптации ребенка к ДОУ имеет свои сложности, что обусловливает важную роль педагогической поддержки ребенка в этот период. Необходима такая организация жизни ребенка раннего возраста в учреждении, которая обеспечит наиболее адекватное, и почти безболезненное приспособление к новым условиям; позволит сформировать положительное отношение к детскому саду и навыкам общения, не только со взрослыми людьми, но и со сверстниками. Очень важно, чтобы этот переход был органичным и не травмирующим для ребенка. Педагоги и родители должны помнить, что упущенное в воспитании малыша ничем потом не восполнишь. «Ранний детский возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие», В. С. Мухина.

Итак, необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания к детскому учреждению и сохранению здоровья ребенка в адаптационный период является продуманная система педагогических воздействий, в которых главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая потребностям, которые определяют его поведение.

**Цель проекта** – создать условия, обеспечивающие ребенку физический и психологический комфорт для облегчения периода адаптации к условиям ДОУ.

**Задачи:**

- Преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду.
- Организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с возрастными особенностями детей раннего возраста.
- Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
- Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом.
- Развитие игровых навыков, произвольного поведения.

- Формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей.

**Условия необходимые для реализации проекта.**

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.Помещение группы разделено на несколько секторов.

В игровой зоне поместили игрушки:

- для развития предметной деятельности - пирамидки, матрешки, кубы, различного рода вкладыши, игра «почта» с фигурами различной формы (треугольниками, прямоугольниками), крупный и мелкий строительный материалрасположены на полках, которые доступны детям.
- для развития движений - мячи разных размеров, обручи, машины, тележки, каталки, коляски, шары и шарики;
- для развития сюжетных игр - куклы, собачки, медвежата, предметы одежды, утюжок, полотенце и т. п.; крупная мебель для кукольного уголка;
- для развития речи и обогащения впечатлений - набор игрушечных животных, набор кукол, книги, картинки.
- в уголке природы – различные комнатные растения.
- умиротворяющие действие на детей имеют игры с песком и водой, такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации успокаивающее и расслабляющее действие(вносятся в группу по мере необходимости).

**Участники проекта**: дети от 2-4 лет, педагог-психолог, воспитатели и родители.

**Сроки реализации** – сентябрь-нлябрь 2021 г.

**Ожидаемые результаты.**

Благоприятный адаптационный период детей от 1-2 лет. Повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации.Становление партнёрских, доверительных отношений между ДОУ и семьями воспитанников.

**Теоретические основы. Понятие "адаптация" детей раннего возраста в ДОУ.** Главное обстоятельство, провоцирующее стресс у ребенка при поступлении в детский сад- это отрыв от матери, и оставление ребенка одного с незнакомыми детьми и чужими взрослыми. У ребенка младшего дошкольного возраста пока еще не сформирована потребность в общении со сверстниками и навыки совместной игры не развиты.С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию.

В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени адаптации ребенка к детскому саду:

1 – 16 дней - легкая адаптация

6 - 32 дней – адаптация средней тяжести

от 32 до 64 дней – тяжелая адаптация

***Лёгкая адаптация*** – при легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение двух недель. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1 – 2 недели. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние; он контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников). Речь может затормаживаться, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. Заболеваемость не более одного раза, без осложнений.

***Средняя адаптация*** – во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Отношение к близким – эмоционально-возбужденное плачь, крик при расставании и встрече. Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речевая активность замедляется. Заболеваемость не более двух раз, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вегетативные изменения в организме: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, шелушение кожи (диатез) – в течение 2-х недель. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкая к новой ситуации.

***Тяжёлая адаптация*** – ребенок плохо засыпает, сон короткий. Вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами. Аппетит снижается, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, бесконтрольный стул. Реакции ребенка, направлены на выход из ситуации: это либо активное эмоциональное состояние (плачь, негодующий крик, агрессивно-разрушительные реакции, двигательный протест). Либо активность отсутствует при выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряженность). Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Может иметь место задержка речевого развития.

Заболевания более 3-х раз, длительностью более 10-ти дней.
Причины тяжелой адаптации:

- Несформированность автономии ребенка и его матери (эмоциональной, телесной, игровой).
- Несформированность культурно-гигиенических навыков.
- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- Наличие у ребенка своеобразных привычек.
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.
- Патологии психического развития.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода?

**Характер адаптации зависит от следующих факторов:**

✓ Состояния здоровья и уровня развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.

✓ Сформированности предметной деятельности. Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.

✓ Индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста по-разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду.

✓ Условий жизни в семье. Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств (умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и детьми, самостоятельно обслуживать себя и т.д.). Если ребенок приходит из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения.

✓ Уровня тренированности адаптационных механизмов, опыта общения со сверстниками и взрослыми. Тренировка механизмов не происходит сама по себе. Необходимо создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно попадали в разные условия (посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п.), легче привыкают к дошкольному учреждению. Важно, чтобы в семье у ребенка сложилось доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относится к требованиям взрослых.

**Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:**

· глубокий сон;

· хороший аппетит;

· бодрое эмоциональное состояние;

· полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;

· соответствующая возрасту прибавка в весе.

**Механизм реализации проекта.**

Ранний возраст - это чрезвычайно ответственный период в развитии ребенка, он считается самым главным в социальном, личностном развитии ребенка.

Проект по адаптации детей раннего и младшего дошкольного возраста к условиям детского сада направлен на сохранение и укрепление физического и психологического развития детей дошкольного возраста. Одно из главных направлений проекта, помощь детям в прохождении довольно сложного периода жизни по приспособлению к новым условиям жизнедеятельности. Мы хотим, чтобы ребенок чувствовал себя в этот период комфортно и ходил в детский сад с удовольствием

Для этого необходимо постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение и индивидуальный подход к нему со стороны специалистов детского сада.

**Формы организации взаимодействия с детьми.**

В период адаптации детей к ДОУ целесообразно проводить игры, направленные на развитие эмоционального общения ребёнка со взрослым, а также на сближение детей друг с другом, на развитие речевой активности, на развитие двигательной активности. Использование игрушек-забав, игрушек-сюрпризов. Создание условий для общения детей со знакомыми игрушками и вещами.

✓ Игры, сближающие малышей друг с другом и с воспитателем.

- ✓ Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком и его знакомство с культурой поведения.
- ✓ Игры направленные на развитие взаимодействия между детьми.
- ✓ Физические упражнения и игры со спортивным инвентарем.
- ✓ Пальчиковые игры.Опыты для малышей.
- ✓ Музыкотерапия. Представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка в желательном направлении развития. Музыкальные паузы включают в себя: звукоподражание и подпевание; песенки; слушание музыки, музицирование на детских музыкальных инструментах.
- ✓ Элементы телесной терапии (обнять, погладить).
- ✓ Методика "Любимая игрушка". Каждый ребёнок дома выбирал любимую игрушку, которую он должен был принести в группу. При этом родители говорили ребёнку: «Ты уже подрос и теперь ты пойдёшь в детский сад. А вместе с тобой выросла твоя игрушка, поэтому она тоже будет ходить с тобой в детский сад.» В течении 30 дней с момента поступления в д/с ребёнку 1 раз в день задавались вопросы: «Как твоей игрушке нравится в д/с, Как она себя чувствует? и т. д.» По мере прохождения адаптационного периода отношение к игрушкам у детей менялось.

  Они начинали давать эмоционально-положительные ответы на вопросы о любимой игрушке: «Ей хорошо, ей нравится в садике».Присутствие любимой игрушки необходимо детям раннего возраста в период адаптации к ДОУ и, особенно, для тех, у кого тяжёлая степень адаптации по характеру привыкания.

**Содержание общения воспитателя с ребенком в период адаптации.**

Вовлечение в игровую деятельность совместно с воспитателем — самый эффективный метод по отношению к детям. Для обучения действиям с игрушками воспитатель может использовать показ, совместные действия с ребенком, упражнения в действии, похвалу за совершенное действие. В совместных действиях с воспитателем в играх-занятиях, в неоднократных упражнениях ребенок овладевает способами действия с окружающими предметами и начинает выполнять то или иное действие самостоятельно. Так в ситуативно-действенном общении не только удовлетворяется потребность в сотрудничестве со взрослым, но и начинает формироваться потребность в активных самостоятельных действиях. Поэтому для дальнейшего развития этой потребности рекомендуется постепенно включать и такие приемы и методы педагогического воздействия, как упражнения в самостоятельных действиях, поручение, напоминание, указание, как уступить игрушку, как поделиться игрушкой с другими детьми.

Упражнения двигательного характера и подвижные игры приносят детям огромную радость, снимают эмоциональное напряжение, удовлетворяют потребность в движениях. Поэтому такие упражнения, как «Полетаем, как птички», «Полетели, полетели, сели», «Полетим, как самолеты», «Попрыгаем, как зайчики» и др., надо проводить как можно чаще, привлекая к их выполнению и новеньких. Их обычно очень увлекает этот прием, они отвлекаются от своих переживаний. Помогает в снятии

эмоционального напряжения и музыка. Негромкая, веселая, мелодичная музыка вызывает у детей улыбку. Они начинают под нее приплясывать. Следовательно, музыка тоже может быть использована как средство для вовлечения ребенка в общение со взрослым. Чтобы ребенок не перевозбуждался, надо своевременно переключать его с подвижных игр, движений под музыку на спокойные игровые действия, привлекая игрушкой, действиями с ней. Игрушка-забава положительно влияет на эмоциональное состояние ребенка, отвлекает его от мамы, приближает к воспитателю и детям. Он применяется сначала в присутствии мамы, а затем и без нее. Важно, чтобы ребенок был не просто спокоен, но и деятелен. Именно активность, контакты в действиях, в игре способствуют развитию ребенка, а также формированию потребностей общения на более высокой ступени.

В первые дни по возможности не следует резко изменять те привычки, которые сложились у ребенка в условиях семьи. Так, например, если ребенок засыпал только при похлопывании его рукой и напевании песенки, надо, не дожидаясь его плача, постоять около него, погладить рукой, похлопать, успокаивающе, помочь ему заснуть. Временное сохранение привычки предупредит появление отрицательных эмоций, поможет ребенку легче адаптироваться. Безусловно, в условиях семьи нетрудно укладывать спать и кормить ребенка в соответствии с его привычками. В детском учреждении сделать это сложнее, не вполне возможно при соблюдении определенного порядка в обслуживании детей, при соблюдении принципа постепенности.

## Этапы проекта.

**Подготовительный этап.**

Знакомство с родителями.Ознакомление родителей с характеристикой возрастных возможностей и показателями развития детей раннего возраста.Знакомство родителей с режимом дня пребывания детей в детском саду.

Знакомство с родителями и ребенком (определяются навыки, которые помогут ребенку легче адаптироваться, его индивидуальные особенности). Создание банка данных о будущих воспитанниках. Первоочередным является сбор сведений о ребёнке, семье. Для этого родителям предлагаются анкеты, где родители, отвечают на предложенные вопросы. Воспитатели анализируют данные материалы, делают выводы об особенностях поведения ребенка, сформированности его навыков, об интересах и т.п. Это помогает нам правильно общаться с детьми в адаптационный период, помочь детям легче привыкнуть к новым для них условиям.

Информационное сопровождение – «Памятка для родителей» по разделам: «Адаптация. Что это такое?», «Как предупредить плохое поведение у ребёнка, после д/с в период адаптации», «Развиваем самостоятельность малыша» и т. д.

Создание развивающей среды, подбор методической, художественной литературы, иллюстрационных материалов, дидактических игр.

**Основной этап.**

**10 шагов успешной адаптации.**

- Знакомство с группой, ребенок с родителями постепенно входит в группу детского сада.
- Установление контакта с ребенком через родителя.

Ребенок привыкает к новому помещению и незнакомым взрослым. Необходимо маме показать ребенку игрушки, необходимые в пользовании предметы быта, вместе рассмотреть их, потрогать, подействовать с ними, объяснить назначение предмета, показать, как с ним действовать. Неоднократная экскурсия по группе вместе с мамой снимает у ребенка неуверенность, страх перед неизвестным, и он начинает поглядывать на воспитателя. Чтобы вызвать у ребенка положительное отношение к воспитателю, родители должны сами обращаться к нему с просьбой и вопросами.

- Знакомство с участком, приход ребенка вместе с родителями только на прогулку.

На прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче установить контакт с воспитателем и детьми, так как эти условия напоминают условия домашнего двора. Различные игрушки машины, совочки, лопатки, формочки, мячи, куклы — помогут ребенку провести время весело и заинтересуют его, привлекут внимание, вызовут желание прийти сюда снова, повысить эмоциональный тонус.

- Приход ребенка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности. Проведение индивидуальных и подгрупповых игр и забав с детьми в группе.

Если родные, придя в группу, будут только обнимать и жалеть ребенка, это не даст необходимого результата, а, наоборот, сыграет отрицательную роль. Важно именно побудить ребенка общаться с воспитателем. И как только обстановка и общение с воспитателем перестает пугать ребенка, можно предложить родителям оставить его на 15—30 минут одного, т. е. попросить выйти из группы. При этом следует рекомендовать им первое время уходить из группы незаметно. Родителям надо пояснить также, что, приходя в группу, они не должны сосредоточивать все свое внимание только на своем ребенке. Они должны на это время стать не только союзниками воспитателя в формировании у ребенка потребности в общении, но и помощниками по уходу за детьми всей группы.

- Ребенок завтракает вместе с родителями.
- Ребенок остается без родителей на 1-2 часа во время прогулки, либо во время свободной игровой деятельности;

- Ребенок остается без родителей с завтрака до обеда. Наблюдение за поведенческими реакциями ребёнка. Диагностика навыков и умений. Заполнение индивидуального листа адаптации на каждого ребёнка.
- Ребенок остается на сон, но сразу после сна его забирают родители.

Не секрет, что многие дети не любят засыпать в детском саду, а значение полноценного отдыха для детей раннего дошкольного возраста трудно переоценить. Поэтому с целью снижения тревоги и создания положительной мотивации на режимный момент сна используем мягкие игрушки, объясняя присутствие данных игрушек в спальне тем, что это «Сонные игрушки», им очень хочется спать, но они не могут уснуть без вашей помощи. Не громко 2-3 минуты звучит спокойная музыка. Дети укладывают игрушку рядом с собой, поглаживая ее, засыпают.Использование таких «Сонных игрушек» позволило нам улучшить эмоциональный фон сна как режимного момента, снять беспокойство, уменьшить количество трудно засыпающих детей.

- Ребенок остается на целый день.

На данном этапе ребенка постепенно приучаем к режимным моментам детского сада. Обыгрывание ситуации через игрушку, начавшую посещать детский сад. Соблюдение режимных моментов вместе с игрушкой. Этот этап – самый важный, для облегчения адаптации добиваемся, чтобы родители и дома поддерживали такой же режим, как и в детском саду.

- Ребенок включается в непосредственно образовательную деятельность в группе.Участие в театрализованных играх, играх – инсценировках. Овладение навыками самообслуживания.

**Итоговый этап:**

Анализ проведенной работы. Определение степени адаптации ребёнка. Оформление фотоотчета "Мы в детском саду".

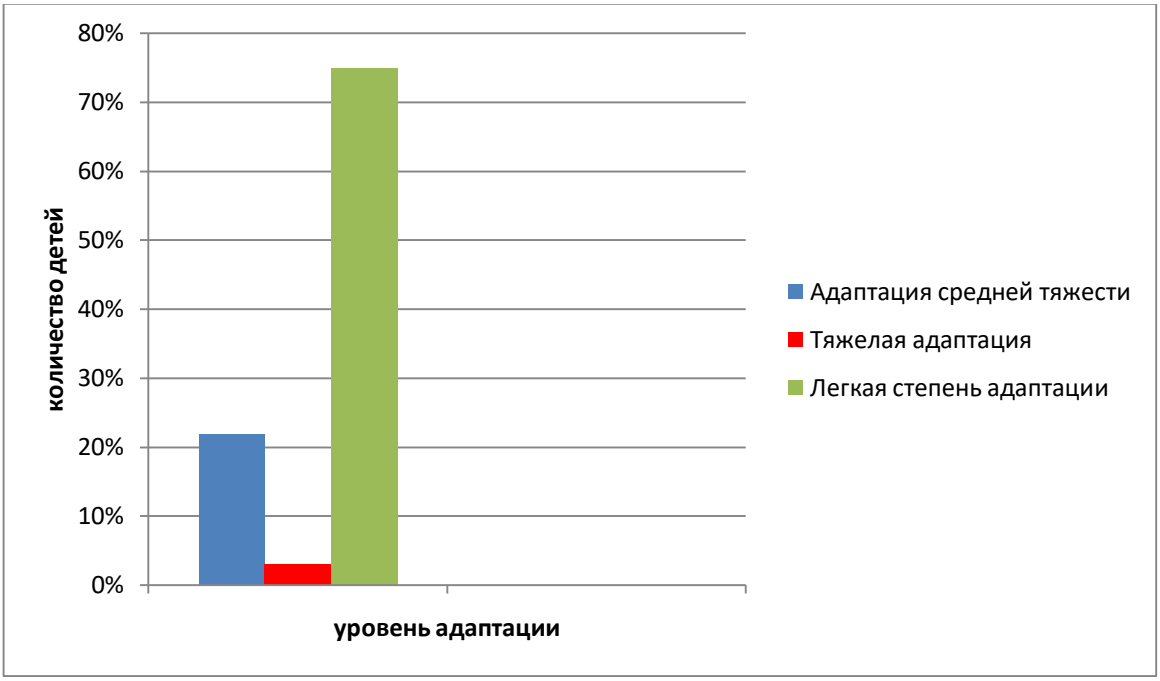
**Основные результаты внедрения проекта**:

Показателями окончания адаптационного периода являются: спокойное, бодрое, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями; уравновешенное настроение в течение дня; адекватное отношение к предложениям взрослых; желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца; спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени.

Определение степени адаптации детей раннего возраста к детскому саду. Группа "Цыпленок", количество детей 30 человек, возраст от 1-2 лет. Наблюдая за процессом адаптации и внося данные своих наблюдений в специальный протокол, педагог-психолог и воспитатель делают вывод о результате адаптации каждого ребенка.

**Результаты анализа адаптационной карты детей представлены в таблице.**

| Уровень адаптации | Количество детей. |
|---|---|
| 1 – 16 дней - легкая адаптация. | 20 |
| 6 - 32 дней – адаптация средней тяжести. | 7 |
| от 32 до 64 дней – тяжелая адаптация. | 3 |




Из 30 ребят, постоянно посещающих детский сад, у 20 детей (75%)адаптация прошла в лёгкой форме, у 7 детей (22%) - адаптация прошла в средней форме, и у 3 детей (3% тяжелая форма адаптации нет).

Прием детей в группу осуществлялся по индивидуальному графику, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в ДОУ — с 2 часов до перехода на полный день.

С момента поступления ребёнка в группу раннего возраста старший воспитатель, педагог-психолог, совместно с воспитателями группы осуществляли наблюдение за протеканием периода адаптации детей к дошкольному учреждению.

Наблюдения анализировались и фиксировались в листах адаптации, заведённых на каждого ребёнка группы. Параметрами наблюдения стали следующие категории:

- ✓ эмоциональное состояние (настроение)
- ✓ аппетит во время завтрака, обеда, полдника
- ✓ характер сна и длительность засыпания

- ✓ проявления активности в игре, на занятиях, в речи
- ✓ взаимоотношения с детьми
- ✓ взаимоотношения со взрослыми.

На протяжении всего периода адаптации для детей были созданы благоприятные условия: гибкий режим дня, соответствующая предметно – развивающая среда, учет индивидуальных особенностей детей, спокойная музыка перед дневным сном, организованная игровая деятельность.

Для родителей в период адаптации организованы следующие мероприятия: индивидуальные памятки и стендовая информация по адаптации детей, консультации по организации режима дня в период адаптации, рекомендации по профилактики заболеваемости и дезадаптации. Ежедневно родители могли получить индивидуальные консультации по любым интересующим вопросам у педагога – психолога. Был разработан проект по адаптации детей к детскому саду «Добро пожаловать в детский сад»», составлен облегчённый план воспитательно – образовательной работы с детьми в период адаптации, который позволил воспитателям мягко облегчить детям привыкание к новым условиям жизни

Педагогом-психологом были проанализированы анкеты родителей с целью выявления трудностей, возникающих у родителей в период адаптации детей к детскому саду:

- Все родители достаточно были осведомлены о том, как подготовить ребенка к ДОУ – 100%;
- Родители получили необходимую психолого-педагогическую помощь в ДОУ по преодолению трудностей, которые возникли у них и их детей в адаптационный период – 100%;
- Все родители согласны взаимодействовать с психологом и другими специалистами в процессе адаптационного периода и после него-100%.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что в целом процесс адаптации в нашей группе прошел успешно. Дети чувствуют себя раскованно, легко идут на контакты друг с другом, взрослыми, хорошо кушают, спят, легко расстаются с родителями – все это показатели успешной адаптации.

## Гибкий план воспитательно-образовательной работы в период адаптации.

| | 1-я неделя |
|---|---|
| Понедельник | Приветствие малыша от имени игрушки (плюшевый мишка, зайка, кукла). Экскурсия по группе.<br>Пальчиковая игра «Игра с кистями рук».<br>Игра «Передай колокольчик». |
| Вторник | Беседа «Кто у нас хороший?» (игра у зеркала).<br>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!»<br>Игра-путешествие «В гости к Мойдодыру» (в санитарную комнату). Подробное знакомство с индивидуальными предметами гигиены, правилами поведения.<br>Катание на игрушках-качалках, каталках, качелях в спортивном уголке. |
| Среда | Беседа о животных, живущих у детей дома.<br>Игра «Разноцветные бусины», повторение знакомых игр.<br>Подвижная игра «Догони мяч».<br>Игры с природным материалом «Волшебные коробочки».<br>Чтение художественной литературы. |
| Четверг | Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с Зайкой ждали Машу, Катю, …», наблюдение в окно.<br>Игра-забава «Минутка заводной игрушки».<br>Игры «Мишка», «Козлик».<br>Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живет?».<br>Знакомство с расположением игровых зон, игрушек, пособий.<br>Подвижная игра «Смотри, что я могу».<br>Игра-путешествие в «Комнату снов». |
| Пятница | Беседа с ребенком на интересующую его тему (о папиной машине, старших детях в семье, об игрушке, мультике).<br>Игра-забава с музыкальными игрушками.<br>Игра «Разноцветные бусины»,<br>Игра с водой «Ныpки» (подготовительные навыки для мытья рук), закрепление правил поведения в комнате Мойдодыра. |
| | **2-я неделя** |
| Понедельник | Продолжить знакомство с группой.<br>Рассказ-импровизация воспитателя о жизни игрушек и ребят.<br>Пальчиковая игра «Игра с кистями рук».<br>Игра-забава «Музыкальная шкатулка».<br>Подвижная игра «Смотри, что я могу». |
| Вторник | Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!»<br>Игра «Передай колокольчик».<br>Игра «Прятки».<br>Путешествие к Мойдодыру – игровое упражнение «Найди свою картинку».<br>Хохотальная разминка. |

| | |
|---|---|
| Среда | Беседа у зеркала «Кто у нас хороший?».<br>Подвижная игра «Зайка».<br>Рассматривание картинок о животных, рассказ-импровизация «Детский сад для лесных зверюшек».<br>В гостях у Мойдодыра.<br>Игра-забава «Воздушные шары».<br>Аудиозапись «Голоса природы». |
| Четверг | Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живет?».<br>Игра-забава со звучащими, музыкальными игрушками.<br>Минута отдыха «Мягкая».<br>Игра «Зарядка».<br>Игра-путешествие в «Комнату снов», аудиозапись «Колыбельные». |
| Пятница | Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с Мишуткой ждали Машу …», наблюдение в окно.<br>Игра «Пять малышей».<br>Самостоятельные игры с мячами.<br>Ласковая минутка «Кто у нас хороший?».<br>Игры с природным материалом «Морские сокровища».<br>В гостях у Мойдодыра. |
| 3-неделя | |
| Понедельник | Продолжить знакомство с игровой комнатой.<br>Сюжетная игра «Мы шли, шли, шли …».<br>Подвижная игра «Иди ко мне».<br>Минута отдыха «Мягкая».<br>Игры с водой «Плавает - тонет».<br>Игры для развития мелкой моторики «Кто в кулачке?».<br>Хохотальная разминка.<br>Самостоятельные игры.<br>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом». |
| Вторник | Беседа с детьми на интересующую их тему.<br>Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?».<br>Сюжетная игра «В гости к куклам».<br>Подвижная игра «Зайка».<br>Экскурсия в физкультурный зал.<br>Свободная деятельность.<br>Подвижная игра «Хоровод».<br>Ласковая минутка «В гостях у Сплюшки» - слушание аудиозаписи «Классические колыбельные». |
| Среда | Чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.<br>Сюжетная игра «Я иду в гости с подарками».<br>Самостоятельная деятельность.<br>Игра с водой «Ловкие пальчики».<br>Музыкальная игра «Мы в лесок пойдем».<br>Игра «В гостях у Мойдодыра» (закрепление правил поведения в санитарной комнате). |
| Четверг | Беседа на интересующие детей темы.<br>Сюжетная игра «Я иду в гости с подарками».<br>Рисование фломастерами, маркерами.<br>Подвижная игра «Солнечные зайчики».<br>Самостоятельная деятельность.<br>Пальчиковые игры «Игра с кистями рук», «Кто в кулачке?».<br>Свободные игры в спортивном уголке (катание на каталках, сухой бассейн, качели). |

| | |
|---|---|
| Пятница | Наблюдение из окна группы за приходом детей в детский сад.<br>Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».<br>Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?».<br>Показ-инсценировка потешки «Огуречик-огуречик».<br>Подвижная игра «Покружимся».<br>Самостоятельная деятельность. |
| 4-неделя | |
| Понедельник | *Утро*<br>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!».<br>Лепка из соленого теста.<br>Игра-забава «Выдувание мыльных пузырей».<br>Свободная деятельность.<br>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br>Ласковая минутка – слушание аудиозаписи «Классические мелодии для малышей».<br>Подвижная игра «Покружимся».<br>*Вечер*<br>Игра-занятие «Кукла Катя проснулась» - обучение игровым навыкам.<br>Подвижные игры в спортивном уголке.<br>Чтение художественной литературы «Курочка Ряба». |
| Вторник | *Утро*<br>Рассматривание картинок на тему «Животные» - беседа о животных.<br>Игра-забава «Где же наша …».<br>Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».<br>Путешествие в физкультурный зал.<br>Свободная деятельность.<br>Игра «Мишка».<br>Минутка отдыха «У Сплюшки» - рассказывание воспитателем сказки-импровизации.<br>Подвижная игра «Мяч».<br>*Вечер*<br>Рассказ-инсценировка воспитателя «Для чего нужны карандаши?» - свободное рисование.<br>Подвижная игра «Зайка».<br>Игра-занятие «Заболела кукла Катя» - обучение игровым навыкам.<br>Рассматривание картинок о жизни в детском саду. |
| Среда | *Утро*<br>Сюжетная игра «В гости к куклам».<br>Подвижная игра «Догонялки».<br>Минута звучащих, музыкальных игрушек.<br>Показ – инсценировка «Огуречик, огуречик».<br>Игра «В гостях у Мойдодыра» - закрепление первых культурно-гигиенических навыков.<br>*Вечер*<br>Экскурсия по детскому саду – продолжить знакомство с ДОУ, его сотрудниками.<br>Игры со строительным материалом (напольные модули) «Самолет построим сами …».<br>Игра-занятие «Покормим куклу Катю обедом».<br>Самостоятельная деятельность. |

| | |
|---|---|
| Четверг | *Утро*<br>Игры с природным материалом «Сундучок сокровищ».<br>Подвижная игра «Мы потопаем ногами».<br>Минутка отдыха «На лесной полянке» - слушание аудиозаписи.<br>Самостоятельная деятельность.<br>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br>Пальчиковая игра «Расскажи стихи руками».<br>*Вечер*<br>Показ-инсценировка сказки «Курочка Ряба» (настольный театр).<br>Подвижная игра «Догонялки».<br>Самостоятельная деятельность.<br>Пальчиковые игры «Игра с кистями рук», «Кто в кулачке?». |
| Пятница | *Утро*<br>Игра-забава «Воздушные шары».<br>Сюжетная игра «Загляни в мое окошко».<br>Пальчиковая игра «Разноцветные бусинки».<br>Показ-инсценировка потешки «Кисонька-Мурысонька».<br>Свободная деятельность.<br>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».<br>Подвижная игра «Зайка».<br>Минутка отдыха «На лесной полянке».<br>*Вечер*<br>Посещение вечернего развлечения в муз. зале.<br>Игры с куклами «Покормим куклу», «Покатаем Катю в коляске».<br>Игра «Позови». Игра «Соберем игрушки». |

# Игровая деятельность детей в адаптационный период.

*Мы поскачем-скачем-скачем,*
*Скачем на лошадке!*
*Мы совсем уже не плачем,*
*Все у нас в порядке!*

Воспитатель должен хотеть и уметь снова и снова проживать детство с каждым ребёнком. Видеть мир его глазами, вместе удивляться, быть незаметным, когда малыш чем то занят, и стать незаменимым, когда ребёнку нужна помощь, воспитатель должен принимать ребёнка таким, какой он есть.

Взаимодействие взрослого и ребенка в период адаптации направлено на снятие эмоционального напряжения, формирование навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками, развитие познавательной активности.

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.

# *Игры, сближающие малышей друг с другом и с воспитателем.*

**Курица и цыплятки.**

Воспитатель изображает курицу, приговаривает:

*Как мои ребятушки. Желтые цыплятушки. Пошли по двору гулять,*
*Себе зернышки искать.Стали зернышки искать. Чтобы маме показать.*
*— Мама, мама! Посмотри!Пи-пи-пи! Пи-пи-пи!*

Малыши ходят по группе, покачивая головками и помахивая руками-крылышками. Со словами «Пи-пи-пи!» бегут к воспитательнице и прижимаются к ней. Она обнимает всех руками-крыльями. Игра повторяется несколько раз.

**Котятки.**

*Все котятки мыли лапки! Вот так! Вот так!Мыли ушки. Мыли брюшки:Вот так! Вот так!А потом они устали:Вот так! Вот так!Сладко-сладко засыпали:Вот так! Вот так!*

Все слова сопровождаются движениями-имитациями. Со словами «Сладко-сладко засыпали...» дети ложатся на ковер, закрывают глаза и притворяются спящими. Затем игра начинается снова.

**Маленькие зайчики.**

*Маленькие зайчики никогда не плачут.Маленькие зайчики по полянке скачут.*
*От лисы, от волка убегают ловко.И за это мама им дает морковку.*
*Морковку да капусту вкусную-вкусную.Сели, посидели, всю морковку съели.*
*Ушками послушали. Кочерыжку скушали.*

Воспитатель читает два первых четверостишия, дети-зайчата прыгают по группе врассыпную. На слова «сели, посидели» присаживаются на корточки, могут делать вид, что грызут морковку. На слова «ушками послушали» прикладывают ладошки к голове, будто это ушки, и шевелят ими в разные стороны. Затем игра начинается сначала.

**Птички и ветер.**

*Маленькие птички. Птички-невелички. По лесу летают. Песни распевают.*
*Буйный ветер налете. Птичек унести хотел.Птички спрятались в дупло.*
*Там не тронет их никто.*

На слова первого четверостишия дети «летают» по группе, машут «крылышками». На слова второго четверостишия прячутся в укрытие.Это может быть лежащий на полу обруч.

**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.

**Покружимся**

Материал. Два игрушечных мишки. Ход игры. Воспитатель берет мишку, крепко прижимает его к себе и кружится с ним. Дает другого 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 остановлюсь. 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.

Эта игра способствует отработке основных движений - бега и ходьбы.

**Хоровод с куклой** (проводится с двумя-тремя детьми)

Материал. Кукла средних размеров. 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 простую детскую мелодию.

Вариант: игра проводится с мишкой.

**Догонялки**(проводится с двумя-тремя детьми)

Ход игры. Кукла, знакомая детям по игре "Хоровод с куклой", говорит, что хочет поиграть в догонялки. Воспитатель побуждает детей убегать от куклы, прятаться за ширму, кукла их догоняет, ищет, радуется, что нашла, обнимает: "Вот мои ребятки".
Вариант: игра проводится с мишкой.

**Покатаемся на лошадке.**

Материал. Лошадка-качалка (если лошадки нет, 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 повторяет тихо: «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 звукосочетание - громко и четко.

## *Игры, направленные на освоение окружающей среды ребенком и его знакомство с культурой поведения.*

**Игра с собачкой**

Материал. Игрушечная собачка. 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.

**«В гостях у матрешки»**

Цель: Воспитывать у детей привычку приветливо здороваться при встрече, прощаться при расставании; произносить приветствие отчетливо, бодро.

**«Кукла Таня у нас в гостях»**

Цель: Формировать навыки поведения за столом, общения с гостем; воспитывать приветливость, заботливость.

**«Каждой вещи – свое место»**

Цель: Формировать навык ориентировки в умывальной, туалете, раздевальной комнате. Закреплять у каждого ребенка представление о том, где его постоянное место за столом, шкаф для одежды. Учить поддерживать постоянный порядок в игрушечном хозяйстве в детском саду и дома.

**Игра «Разговор с игрушкой»**

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой … грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

**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.

**Игра с куклой.**

Материал. Кукла.

Ход игры**.** Дайте ребенку его любимую куклу (или мягкую игрушку), попросите показать, где у куклы голова, уши, ноги, живот и т. д.

**Соберем игрушки.**

Ход игры. 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, их на место убираем».

## *Игры направленные на развитие взаимодействия между детьми.*

*Дети двух-трехлетнего 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. Таня, иди, возьми 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.

**Позови.**

Материал. Мяч.

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

## *Физические упражнения и игры со спортивным инвентарем.*

*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.

**Бегом к дереву.**

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

**Мы топаем ногами.**

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

медленно, с расстановкой, давая им возможность сделать то, о чем говорится в стихотворении:

Мы топаем ногами. Мы хлопаем руками. Киваем головой.Мы руки поднимаем.

Мы руки опускаем. Мы руки подаем.(Дети берутся за руки, образуя круг.)

Мы бегаем кругом.Через некоторое время воспитатель говорит: «Стой». Все останавливаются.

**Мяч.**

Ход игры. Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает: «Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!» После этого «мячик» убегает, а взрослый ловит его.

## *Пальчиковые игры.*

**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. 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 повторить их.) Взрослый опускает пальцы вниз и шевелит ими – это» струи дождя».

Складывает пальцы каждой руки колечком и прикладывает к глазам, изображая бинокль. Рисует пальцем – «кисточкой» кружки на щеках, проводит сверху вниз линию по его носу и делает пятнышко на подбородке. Стучит кулаком о кулак, хлопает в ладоши. Чередуя такие действия, воспитатель создает определенную последовательность звуков, например: стук-стук, стук-хлоп, стук-стук-хлоп, стук-хлоп-хлоп и т. п.

**«Этот мальчик маму слушал»**

Цель: в веселой игре развивать мелкую моторику.

Игра проводится с одним ребенком. Воспитатель, следуя тексту потешки, загибает поочередно пальчики малыша, начиная с большого. Взяв в руку его мизинец, постукивает им. Разгибает пальцы ребенка. Движением своих пальцев показывает, как пальчики «побежали» и «захлопали в ладоши», побуждает малыша к подражанию.

*Этот пальчик маму слушал. Этот пальчик кашу кушал. Этот пальчик спрятался.*

*И этот пальчик спрятался. А мизинчик их нашел. И постучал: тук-тук-тук!*

*Все пальчики побежали. В ладоши захлопали, заплясали.*

**«Пальчики пляшут»**

Цель: в веселой игре развивать мускулатуру рук и пальцев.

Проводится с группой детей (3-4 ребенка), сидящих перед воспитателем.

Взрослый предлагает детям показать свои ручки: «Поднимите ручки, пальчиками подвигайте, в кулачок спрячьте».

## *Опыты для малышей.*

**Свойства бумаги**

У каждого малыша — листок газетной бумаги. Нужно выполнять действия, о которых говорится в рифмовке.

*Листочек взлетел,*
*Листочек кружится.*
*Листочек кружится,*
*Под ноги ложится.*
*Листочек рвется, рвется, рвется.*
*Листочек мнется, мнется, мнется.*

Первая часть медленная, «лирическая». Вторая часть озорная. Дети с удовольствием рвут бумагу. Все обрывки надо собрать в кучку и смять так, чтобы получилось что-то вроде бумажного шарика. Игру можно повторить несколько раз.

**Воздушный шарик**

*Ты подбрось воздушный шарик*
*И скажи ему: «Летай!»*
*А упасть ему на землю*
*Не давай, не давай!*

**Подуй на шарик, подуй на вертушку**.

Материал. Воздушный шарик, вертушка.

Ход игры. На уровне лица ребенка подвешивается воздушный шарик, а перед ним на стол кладут вертушку. Воспитатель показывает, как надо дуть на воздушный шарик, чтобы он высоко взлетал, и предлагает ребенку повторить действие. Затем взрослый дует на вертушку, чтобы она завертелась, ребенок повторяет.

**Игра «Рисунки на песке»**

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

**Солнечные зайчики**

Материал. Маленькое зеркальце. 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.

**Выдувание мыльных пузырей**

Ход игры. Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, а, не дуя 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.)

**Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»**

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

· взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;

· собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;

· приподнять как можно больше предметов на ладонях.

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

**Заключение.**

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Проводя анализ результатов периода адаптации, можно заключить, что работа прошла успешно. Предварительная работа с семьей дала положительные результаты. Подготовка ребенка к поступлению в детский сад началась за три – четыре месяца до приёма в группу. На предварительном этапе мы устанавливали контакт с семьями. Были проведены консультации, беседы, организационное собрание с родителями будущих воспитанников детского сада. Учтены психические и физические особенности детей и состояния его здоровья. Большое количество проблем, связанных с адаптацией, снимается установлением с родителями отношений сотрудничества.

В группе создана естественная, комфортабельная, уютная обстановка, насыщенная разнообразным дидактическим и игровым материалом. Игрушки находятся в местах, доступных для детей. В первые дни прихода ребенка в детский сад мы предлагаем поиграть ребенку в игры, направленные на формирование эмоционального контакта, доверия к воспитателю, установление межличностных отношений у детей. Через игру ребенок получал возможность выражать свои эмоции, переживания, общаться со сверстниками, знакомиться с нормами и правилами жизни. Эмоциональное общение происходило на фоне совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Мы старались удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте с взрослыми. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках давало ему чувство защищенности, помогло быстрее адаптироваться. Малыши охотнее шли в группу, переставали плакать, если с ними играли, переключали их внимание на активную двигательную деятельность. Без движений не может осуществиться ни один вид детской деятельности. Совместные движения приносили детям много радости. Общение в процессе выполнения различных движений складывалось значительно быстрее, приобщало малыша к коллективу, к деятельности вместе. Чтобы ребенок не перевозбуждался, своевременно переключали его с подвижных игр на спокойные игровые действия, привлекая игрушкой, действиями с ней. Проводили увлекательные, способствующие развитию речи, творческой деятельности детей, пальчиковые игры. В ходе «пальчиковых игр» дети, повторяя движения взрослых, активизировали моторику рук. Среди вспомогательных средств обучения самым действенным и организующим являлась музыка.

В результате целенаправленной и систематической работе по данной теме мы добилась положительных результатов в процессе перехода от семейного воспитания к общественному.

## Литература.

1. АверинаИ. Е. Физкультурные минуты и динамические паузы в ДОУ. Москва2008

2. БелкинаЛ.В. «Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»

3.Доронова Т.Н. «Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями»

4. Кравченко И.В., Т. Л. Долгова Прогулки в детском саду. ТЦ Москва2009

5. Роньжина А.С. «Занятия с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению».

# Потешки и стихи с движением для детей 1-4 лет

**Мишка косолапый**

Мишка косолапый
По лесу идет.
*(идем на месте, переваливаясь с ноги на ногу)*
Шишки собирает,
В корзиночку кладет.
*(собираем воображаемые шишки)*
Вдруг упала шишка -
Прямо мишке в лоб!
*(бьем себя рукой по лбу)*
Мишка рассердился
И ногою - топ.
*(топаем ногой)*

**Топаем – хлопаем**

Мы потопаем, как мишка:
Топ-топ-топ-топ!
Мы похлопаем, как мишка:
Хлоп-хлоп-хлоп-хлоп!
Лапы вверх мы поднимаем,
На другие приседаем.

**Мы ногами топ-топ-топ**

Мы ногами топ-топ-топ,
(ходим по комнате и топаем)
А в ладошки хлоп, хлоп, хлоп!
(хлопаем в ладоши)
Ай да малыши, ай да крепыши!
По дорожке мы шагаем
(топаем по комнате)
И в ладошки ударяем.
(хлопаем в ладоши)
Топ-топ, ножки, топ!
(топаем на месте)
Хлоп, хлоп, ручки, хлоп!
(хлопаем)
Ай да малыши!
(руки на пояс, кружимся)
Ай да крепыши!

(А. Ануфриева)

**Застучали ножки**

Застучали ножки
*(топаем ногами)*
По ровненькой дорожке,
Застучали много раз,
Будет весело у нас.
*(хлопаем в ладоши)*
Кулачком сильнее бей,
*(кулачком стучим по ладошке)*
Только ручки не жалей,
Постучим мы кулачком
И покружимся волчком!
*(кружимся)*

**Самолеты**

Самолеты загудели,
*(вращение перед грудью согнутыми в локтях руками)*
Самолеты полетели.
*(руки в стороны, бежим по комнате)*
На полянку тихо сели,
*(приседаем)*
Да и снова полетели.
*(руки в стороны, снова бежим по комнате)*

**Зайка серенький сидит**

Зайка серенький сидит
*(приставляем ладошки к голове)*
И ушами шевелит.
Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть.
*(хлопаем в ладоши)*
Зайке холодно стоять,
Надо зайке поскакать.
*(топаем ногами)*
Кто-то зайку напугал –
Зайка – прыг – и убежал!
*(пугаемся и разбегаемся по комнате)*

**Жил – был зайчик**

Жил – был зайчик,
Длинные ушки.
*(приставляем ладошки к голове)*
Отморозил зайчик
Носик на опушке.
*(прикрываем носик рукой)*
Отморозил носик,
Отморозил хвостик
*(прикрываем попу)*
И поехал греться
*(обнимаем сами себя)*
К ребятишкам в гости.

**Два жука**

На полянке два жука
*(пружинящие движения ногами)*
Танцевали гопака:
Правой ножкой топ, топ!
*(топаем правой ногой)*
Левой ножкой топ, топ!
*(топаем левой ногой)*
Ручки вверх, вверх, вверх!
*(поднимаем руки вверх)*
Кто поднимет выше всех?
*(тянемся вверх)*

**Как на горке**

Как на горке - снег, снег,
*(встаем с вытянутыми руками на носочки)*
И под горкой - снег, снег,
(*приседаем)*
И на елке - снег, снег,
*(встаем с вытянутыми руками на носочки)*
И под елкой - снег, снег.
*(приседаем)*
А под снегом спит медведь.
*(склоняем голову набок, подложив сложенные ладони под щеку)*
Тише, тише. Не шуметь!
*(прикладывает палец к губам).*

**Снежинки**

С неба падали снежинки,
*(пружинящие движения)*
Белоснежные пушинки,
Они вертелись, они кружились
*(кружимся)*
И в сугробы превратились
*(садимся на корточки)*
Вот такие вот высокие,
*(поднимаем руки вверх)*
Вот такие вот широкие,
*(разводим руки в стороны)*
Вот такие вот глубокие,
*(присаживаемся на корточки)*
Вот такие белобокие
*(поглаживаем себя по бокам)*

**Стрекоза**

Вот какая стрекоза,
*(показываем размер двумя руками)*
Как горошины глаза.
*(прикладываем руки к глазам)*
Влево (поворот влево), вправо (поворот вправо),
Назад (шаг назад), вперед (шаг вперед),
Ну совсем как вертолет.
Мы летаем высоко,
*(поднимаем руки вверх)*
Мы летаем низко,
*(присаживаемся на корточки)*
Мы летаем далеко,
*(приставляем к голове руку козырьком)*
Мы летаем близко.
*(руки в стороны – бегаем по комнате)*

.

**Лисичка**

Шла лисичка по тропинке (изобразить кокетливую лисью походку)
И несла грибы в корзинке. (сложить руки "мисочкой")
Пять опят и пять лисичек (показать по очереди ладошки с растопыренными пальцами)
Для лисят и для лисичек. (снова изобразить лисью походку)

**Здравствуйте!**

Здравствуйте, ладошки,
Хлоп-хлоп-хлоп! (хлопать)
Здравствуйте, ножки,
топ-топ-топ! (топать)
Здравствуйте, щёчки, (погладить свои щёчки)
Плюх-плюх-плюх! (пошлёпать себя по щёчкам)
Пухленькие щёчки, (снова погладить щёчки)
Плюх-плюх-плюх! (пошлёпать себя по щёчкам)
Здравствуйте, губки,
Чмок-чмок-чмок! (или три раза ритмично почмокать губами)
Здравствуйте, зубки,
Щёлк-щёлк-щёлк! (или три раза ритмично пощёлкать зубками)
Здравствуй, мой носик, (потрогать кончик носа)
Бип-бип-бип! (три раза нажать на свой носик)
Здравствуйте, гости! (протянуть ручки вперёд)
Привет! (помахать рукой над головой)

**Мишка-танцор**

Вышел мишка из берлоги,
Отлежал бедняга ноги:
Приседает, топает,
И в ладоши хлопает!
Звери все перепугались,
От медведя разбежались.
Утки серые плывут,
Дружно лапками гребут.
Зайка серый скок да скок,
Скок да скок в густой лесок.
- И-го-го! – кричат лошадки,
Убегая без оглядки.
Воробьишка: - Чик-чирик!
Да по веткам прыг-прыг-прыг!
Старый ворон: - Как-кар-кар!
- Зу-зу-зу, - зудит комар.
Кто летит, а кто бежит.
Еж под елочкой дрожит.
Веткой ива машет.

**Что это у нас?**

Взрослый задает вопрос, а малыш должен показать то, о чем спрашивается.

У меня такой вопрос:
Где у нас курносый нос?
Где же глазки наши?
Нет их в мире краше!
Где же наши щечки,
Щечки-лепесточки?
Где же наши ушки?
Ушки-лопоушки!
Где у нас волоски?
Вот они, в прическе!
Где у нас головка?
Покиваем ловко!
Где же наши губки?
Где же наши зубки?
Где же ручки наши?
Вот мы их покажем!
Где же наши пальчики,
Маленькие мальчики?
Где у нас ладошки?
Похлопаем немножко!
Где же наши ножки?
Походим по дорожке!

# Режимные моменты.

**Завтрак**

Утро ясное пришло,
Завтрак утро принесло.
У пушистой белочки
Орехи на тарелочке.
У котенка и щенка
Два стакана молока,
У мышонка вкусный сыр,
У лисы густой кефир.
У зайчат печенье,
У пчелы варенье.
А в тарелку нашу
Мы положим кашу!

**Обед**

Все собрались на обед.
И чего тут только нет!
Варит мышка-крошка
Супчик из горошка.
Красный борщ у поросенка.
Суп из зерен у гусенка.
У зайчонка вкусный
Сварен суп капустный.
Суп из сена у быка,
У кота – из молока.
У ребенка на обед
Суп и парочка котлет!

**Полдник**

Звери все проголодались,
Дружно полдничать собрались.
Зайка быстро, ловко
Грыз на пне морковку.
Булку съел карась в пруду,
Ежик – яблочко в саду.
Травку ел теленок,
Зернышки – цыпленок.
Ела сладкий мед пчела,
Молоко коза пила.
Ел цветочки жеребенок,
Запеканку ел ребенок!

**Ужин**

Скоро спать пора ложиться,
Надо на ночь подкрепиться.
Всем зверятам нужен
Вкусный, сытный ужин.
Мишка ест душистый мед,
А баран траву жует.
У лисенка в плошке
Пирожков немножко.
На тарелке у зайчат
Овощной лежит салат.
С аппетитом мы жуем
И быстрее всех растем!

# Гигиенические процедуры для малышей

Прыг-скок, прыг-скок,
Мы присядем на горшок.
Мы поели, мы попили,
Про него чуть не забыли!
Начинаем наш урок
Это что стоит? Горшок!
Раз-два-три-четыре-пять -

Будем мы штаны снимать!
Присядем аккуратно
Знают все детишки:
Очень неприятно
Писаться в штанишки!
Мы все сделаем, как надо.
Мама будет очень рада!

# Для Вас родители!

***Есть замечательная английская пословица,***
***с которой я абсолютно согласна:***
***"Не воспитывайте своих детей, все равно они***
***будут похожи на вас. Воспитывайте себя".***

## Как подготовить ребёнка к детскому саду. Советы и рекомендации.

Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы он пошел в сад.

Например: детский сад – это красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, и мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно.

Показывайте картинки из книг и журналов, на которых изображены дети в детском саду. Сочините маленький рассказик про то, как детям весело живется в детском саду.

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – скоро он сможет пойти сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.

Подобно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в детский сад. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

Постепенно домашний режим подстраивайте под режим детского сада (даже выходные дни).

Стремитесь к тому, чтобы питание ребенка было рациональное, а не однообразное (приближайте домашний рацион к рациону детского сада).

Приучайте ребенка быть самостоятельным. В детский сад он должен прийти с определенными навыками.

Начинайте водить ребенка не с того дня, когда мама должна выйти на работу, а как минимум за месяц до этого. Постепенно увеличивая длительность его пребывания в детском саду (в первые дни 2-3 часа).

Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и Ольга Петровна нальет тебе воды».

Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди.

Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, книжки с картинками. Вам будет проще отправлять ребенка в садик – с игрушкой веселее идти, и проще завязывать отношения с другими детьми.

Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаясь к ним по имени, просить, а не отбирать игрушки, предлагать свои.

Придумайте с ребенком прощальные знаки внимания (поцеловать друг друга в щечку, обняться) и ему будет проще отпустить вас.

Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего ребенка о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

В период **адаптации** эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка.

# Адаптация ребенка к детскому саду.

Главное обстоятельство, провоцирующее стресс у ребенка, - это отрыв от матери и оставление ребенка одного с незнакомыми детьми и чужими, незнакомыми взрослыми. Ведь до сих пор, оказываясь в новой ситуации, ребенок получал поддержку матери, ее присутствие укрепляло его в новой, необычной ситуации, создавало психологический комфорт. А теперь? В детском саду ребенку надо самому приспосабливаться к новым условиям, правилам и требованиям, да к тому же приходится распрощаться со своим привилегированным домашним положением и влиться в среду сверстников.

## Как облегчить адаптацию ребенка к детскому саду

Легче и быстрее адаптируются к детскому саду те дети, родители которых начинают готовить ребенка к посещению дошкольного учреждения заранее.

***Способность ребенка адаптироваться к детскому саду во многом зависит от психологического настроя мамы. Если у мамы есть уверенность в том, что садик - это хорошо, пусть и нелегко к нему привыкнуть; хорошо потому, что это какой-то этап взросления, человеческого роста малыша - то это одно. А если мама изначально сомневается, даже боится ("А если будет все время болеть?", "А если будут обижать воспитатели или другие дети?", "А если не доглядят, не досмотрят?"), - это другое. У ребенка такой тревожной мамы гораздо меньше шансов успешно адаптироваться к детскому саду".***

Поверьте в то, что детский сад ребенку принесет пользу.

Во время адаптации ребенка к детскому саду надо снизить уровень предъявляемых к нему требований и максимально окружить вашей заботой, любовью и вниманием.Кроме того, в саду ребенок может уставать от шума, беготни. И только дома есть возможность расслабиться. Родителям очень важно стараться держать себя в руках, не ругать и не наказывать ребенка за плохое поведение. Уделять малышу максимум возможного внимания по вечерам. Почитать, поиграть, порисовать, полепить из пластилина вместе. Не волнуйтесь, со временем это пройдет!

В этот непростой для всех период жизни вам надо просто любить ребенка, каким он есть, и показывать ему вашу безусловную любовь.

## Три дня в детском саду - две недели на больничном

Очень распространенной бывает ситуация, когда ребенок до начала посещения им детского сада почти совсем не болел, а потом в три года как пошел в детский сад и началось...неделя в детском саду, две недели - на больничном.

Что делать родителям? Прежде всего, надо признать тот факт, что любой детский коллектив - это источник вирусов и бактерий. Каждый ребенок является носителем своих, специфичных микробов, которые он получил у себя в семье и к которым у него выработался иммунитет. Дети в начале посещения детского сада начинают активно обмениваться микробам, поэтому часто болеют первое время.

Снижает иммунитет у детей также стресс, вызванный посещением детского сада. Чем

труднее проходит привыкание ребенка к садику, чем сильнее он переживает разлуку с любимой мамой, тем чаще будет болеть.
Что же делать?

## Как помочь ребенку легче адаптироваться к детскому саду и меньше болеть?

Во-первых, надо принимать в расчет не только то, как часто ребенок болеет, но и насколько тяжело протекают болезни. Если болезни протекают хоть и часто, но легко, без осложнений, без приема кучи лекарств, если малыш выздоравливает сам и все лечение состоит только в обильном питье, фруктах, частом проветривании помещения, то так болеть и так выздоравливать не вредно!

Но если, как пишет доктор Комаровский: "...каждый чих - повод для назначения десятка сиропчиков-таблеточек, для инъекций антибиотиков, для тщательного обследования, для консультации десятка специалистов, каждый из которых считает необходимым добавить к лечению еще парочку-другую препаратов, - такие ОРЗ однозначное и очевидное зло, и такие ОРЗбесследно не проходят и безболезненно не перерастаются. И для такого ребенка детский сад опасен. И родители опасны. И врачи..."

Также родители должны понимать, что если вы не будете водить ребенка в детский сад, боясь частых болезней, то такая ситуация с болезнями может возникнуть с началом посещения ребенком школы. В школе, как вы понимаете, болеть хуже, т.к. ребенок пропускает занятия.
На здоровье ребенка сказывается его образ жизни. Ежедневные прогулки на свежем воздухе, физкультура, полноценное питание, богатое витаминами, отсутствие вредных продуктов в рационе, жизнь в экологически чистой местности...все это укрепляет иммунитет. Про это знают все родители, но не всегда все эти условия осуществимы, особенно, в условиях жизни в крупном городе. Но, по крайней мере, к этому надо стремиться.

## Как справиться с капризами ребенка при расставании с родителями?"Почему ты плачешь?"

Этот вопрос тысячу раз задают родители своим маленьким детям, которые цепляются за них и рыдают, не позволяя выйти из дому.
Понять, почему ребенок плачет, почти невозможно.
Сам ребенок тоже ни за что не сможет объяснить причину того, почему он не хочет отпустить маму. Даже спрашивать его об этом по меньшей мере бесполезно, а иногда и вредно (по интонации вопроса он чувствует, что им недовольны, и переживает, что расстроил или обидел маму). Почему же он плачет?
Он плачет, потому что слезы - единственный способ, которым ребенок может показать, что он БЕСПОКОИТСЯ.

Взрослые наделяют слезы более трагическим смыслом, чем дети. Взрослые плачут в тяжелом горе, в отчаянии, при сильной боли.Ребенок же слезами "разговаривает".

Ребенок хочет говорить именно о расставании, а то, что он плачет, показывает, как сильно он хочет об этом говорить. Об уходящей маме, о том, что с ней будет, о том, когда она вернется, о том, как она его любит и сочувствует ему, маленькому человеку, который осваивает новый опыт расставаний и встреч.Мама, которую плачущий малыш "вернул с порога", которая решила "не травмировать" ребенка и вопреки своим планам и желаниям осталась дома, тем самым просто "откладывает" разговор о расставаниях и встречах. Такой разговор обязательно рано или поздно состоится, и ребенок снова будет использовать для разговора все свои озможности: слова, слезы, капризы, манипуляции...

## Как лучше прощаться

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания. Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый.
Итак, ребенок хочет:
- знать, куда уходит мама;
- знать, когда она придет;
- быть уверенным, что с ним ничего не случится;
- быть уверенным, что с ней ничего не случится;
- быть уверенным, что она получает удовольствие от того, что делает, и ей там не хуже (хотя и не лучше), чем здесь.

В то же время взрослый хочет:
- обеспечить безопасность ребенка;
- не опоздать туда, куда идет;
- оставить ребенка в достаточно хорошем настроении;
- вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша.

Постараемся совместить эти пожелания в одной стратегии.
- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).
- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в парикмахерскую стричь волосы", или "Я иду на работу печатать на компьютере", или "Я иду к тете Лене пить чай"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.
- Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.
- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: "Ты будешь с бабушкой. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".
- Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-

то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: "Ну нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести..." Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

## Победить "сцены" помогут "ритуалы"

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением.Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

## Фразы, которые ухудшают ситуацию

Вот 5 фраз, которые мамы произносят, отчаявшись убедить ребенка в том, что им нужно уйти по делам:

- "Ты же сам говорил (говорила), что с бабушкой хорошо, почему ты теперь не хочешь с ней оставаться?";
- "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
- "Ну пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
- "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
- "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!"."