

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ МАРШРУТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С РЕБЕНКОМ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ «ИГРАЕМ ВМЕСТЕ»

Срок действия маршрута 3 месяца.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В детстве закладывается основа личности человека и его судьба. Но в настоящее время всё чаще встречаются дети эмоционально неустойчивые. В начальном периоде посещения дошкольного учреждения у них нередко наблюдаются импульсивность, агрессивность, лживость, а также повышенная ранимость, избыточная эмоциональная чувствительность, застенчивость, замкнутость. Наблюдения данных проявлений детей вызвало необходимость обращения к первоисточникам, из которых получены сведения о причинах поведенческих отклонений у малышей. В них, также, описаны особенности адаптации детей к детскому коллективу в дошкольном учреждении.

Изучение теоретических основ и наблюдение практики адаптации детей к ДОУ побудили меня, искать рациональные пути улучшения адаптации детей в возрасте от 1,5 до 3 лет к детскому саду.

В результате практической деятельности мою выяснено, что не каждого ребенка легко вызвать к взаимодействию со сверстниками и взрослыми.

Преодолеть такое положение стало возможным в результате поиска более интересных форм обучения и воспитания детей раннего возраста, в том числе и в игровой деятельности, создания атмосферы комфорта и сотрудничества.

С этой целью мною осуществляется индивидуальная работа по теме «Адаптация ребенка к дошкольному учреждению средствами игровой деятельности». В соответствии с этапами адаптации, с детьми младшей группы проводятся занятия 1 раз в день.

ВЕДУЩАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ИДЕЯ

В настоящее время существует множество педагогических технологий и методик обучения. Но чтобы грамотно осуществить выбор методов и средств обучения, воспитания и развития детей в сложный для них период адаптации, необходимо глубокое знание реальных возможностей дошкольников, индивидуальных особенностей каждого ребенка. Работая с детьми, убедилась в том, что применение игрового метода и приемов в целом не только не снижает уровень адаптации младших дошкольников к условиям детского сада, но напротив, повышает его, способствуя, при этом, развитию речевой и двигательной активности, игровой деятельности детей.

В основу методического инструментария закладываю педагогику любви и свободы, изменяя привычную традиционную педагогическую лексику на язык и стиль, развивающие творчество, вдохновение и гармонию.

В основе педагогической деятельности с детьми в период адаптации основополагающими считаю следующие моменты:

- побуждение и поддержку детских инициатив во всех видах деятельности; обучение навыкам общения и сотрудничества;
- поддержание уверенности в себе;
- формирование самостоятельности /желание и умение играть, расширять границы своих возможностей/;
- сохранение и поддержка индивидуальности каждого ребенка.

При решении проблем адаптации считаю разумным введение в практическую деятельность воспитателей младших групп дошкольного учреждения элементов семейного воспитания: большую степень свободы и самостоятельности, возможность делать то, что хочется в данный момент; больший объем общения, его эмоциональную окраску; ласку, взаимоотдачу.

Но для успешного прохождения адаптационного периода необходимо еще и создание специфической среды, которая способствует установлению контактов с другими детьми и взрослыми. Именно достижение этих целей и предполагается в результате нашей деятельности: развитие доброжелательных отношений к близким людям – любовь к родителям, привязанность и доверие к воспитателю, симпатию к сверстникам; освоение разных способов взаимодействия с взрослыми и сверстниками в игре, повседневном общении, бытовой деятельности.

Все задачи адаптационного периода реализуются через различные виды игр: подвижные, дидактические, сюжетно-отобразительные, сюжетные.

АКТУАЛЬНОСТЬ И ПЕРСПЕКТИВНОСТЬ

В воспитании и состоянии здоровья ребенка, впервые пришедшего в детский коллектив, многое зависит от периода адаптации к дошкольному учреждению. Поэтому со всей ответственностью подхожу к приему новичков.

Как отмечает Н.Л. Кряжева, при поступлении в дошкольное учреждение у малышей происходит ломка стереотипов: из знакомой семейной обстановки ребенок попадает в непривычную среду детского сада. Четкий режим дня, новые требования, другой стиль общения, отрыв от любимых родителей, постоянный контакт со сверстниками создают для ребенка стрессовую ситуацию, в результате проявляются нарушения в поведении, эмоциональном состоянии, физиологических процессах.

С поступлением ребенка в ДОУ в его жизни происходит много изменений, что зачастую вызывает стрессовое состояние, которое может привести к невротическим реакциям и более серьезным осложнениям в развитии. Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в ДОУ, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения со сверстниками и взрослыми.

Актуальность проблемы адаптации к детскому саду отмечалась в работах Н.Д. Ватутиной, Д. Лешли, Е.К. Лютоевой, Г.В. Мониной и других.

Новизна маршрута проявляется в том, что, систематизировав теоретические знания по вопросам адаптации, подкрепив их практическим опытом и опытом народной педагогики, сформировалась оптимальная система работы.

ЦЕЛЬ ИНДИВИДУАЛЬНОГО МАРШРУТА:

Создание оптимальных условий для успешной адаптации детей к условиям дошкольного учреждения.

ЗАДАЧИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО МАРШРУТА:

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

Начало разработки общей теории игры следует отнести к трудам Шиллера и Спенсера. Значительный вклад в данную теорию внесли Бейтендейк, Бюлер, Вундт, Гросс, Дьюи, Жане, Колоцца, Пиаже, Штерн, Фромм и другие.

В отечественной педагогике и психологии серьезно разрабатывали теорию игры Ю.П. Азаров, М.М. Бахтин, П.П. Блонский, Л.С. Выготский, О.С. Газман, Н.К. Крупская,

А.Н.Леонтьев, А.С.Макаренко, Д.В.Менджерицкая, В.С.Мухина, Г.В.Плеханов, С.Л.Рубинштейн, Л.С.Славина, К.Д.Ушинский, Ф.И.Фрадкина, Д.Б.Эльконин и другие.

Понимая необходимость обращения к первоисточникам, достаточно важными теоретическими вопросами считаю вопросы об источниках возникновения и мотивах детской игры, о ее структуре и динамике развития, психологических основах генезиса личности ребенка раннего возраста.

В маршруте творчески использован опыт:

- Г.Г. Григорьевой, Г.В. Груба, Е.В.Зворыгиной, Э.П. Костиной, Н.П.Кочетовой, О.К. Магомедовой, Д.В. Сергеевой, О.Н.Степановой, Е.Ф. Терентьевой по воспитанию, обучению и развитию детей до трёх лет;
- Н.Д. Ватутиной, Л. Пыжьяновой по адаптации детей к дошкольному учреждению.

АДРЕСНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ И ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ

Опыт может быть использован любым педагогом, понимающим значимость его и принимающим данный подход, как одну из форм организации жизни детей раннего возраста в адаптационном периоде. Цель этой работы – помочь себе и воспитателям младшей группы организовать педагогическую деятельность и эффективно использовать игры в адаптационном периоде. Практическая значимость заключается в широком использовании разработанной системы игр и занятий в педагогической деятельности воспитателей детского сада.

Настоящая работа может быть интересна для воспитателей, которые ищут пути повышения качества своей работы.

СОДЕРЖАНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОГО МАРШРУТА.

Общеизвестно, что в соответствии, с программными задачами подбирается содержание педагогической работы. Для создания условий безболезненного прохождения адаптационного периода предусматривается разработка индивидуального маршрута адаптации, организация системы встреч специалистов ДОУ с родителями будущих воспитанников. С целью решения этой задачи, осуществления индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку необходим учет индивидуальных особенностей детей, соблюдение щадящего режима дня. Чтобы создать условия для социализации личности ребенка, предусмотрено создание условий для проведения игр, занятий, самостоятельной деятельности детей, использование индивидуального стиля общения с каждым ребенком, поддержание инициативы, самостоятельности.

В рамках индивидуально-дифференцированного подхода отмечаю, что каждый из детей по-своему реагирует на трудности адаптации, что может зависеть от типа темперамента ребенка. Традиционно выделяют четыре типа темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик, и каждый из них требует индивидуального подхода в период адаптации.

Дети с флегматическим темпераментом в ответ на эмоциональный стресс, склонны затормаживаться, а дети с холерическим темпераментом, наоборот, в первую очередь становятся возбужденными. Проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендациям перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизить домашний режим к режиму дошкольного учреждения. Необходима же такая организация жизни ребенка, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы сформировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Анализируя первоисточники, сделала вывод, что в основном выделяют три фазы адаптационного процесса.

В начале адаптации имеет место острые фаза, сопровождаемая колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии. Далее следует подострые фаза, характеризуемая уменьшением всех сдвигов.

Для фазы компенсации характерно убыстрение темпа развития, в результате чего к концу учебного года дети преодолевают указанную задержку темпов развития. Медицинский персонал, педагог-психолог и воспитатели адаптационных групп различают степень тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- лёгкая адаптация, когда сдвиги нормализуются за 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не чаще обычного болеет;
- средней тяжести адаптация – сдвиги нормализуются в течение месяца, ребёнок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание на 5-7 дней, и присутствуют признаки стресса;
- тяжелая степень адаптации – от 2 до 6 месяцев ребенок часто болеет, теряет имеющиеся навыки, может наступать истощение организма.

С целью создания условий для более легкой адаптации детей к дошкольному учреждению необходимо создать взаимосвязь в деятельности специалистов: заведующего, методиста, психолога, медсестры. Но воспитателю группы принадлежит едва ли не ведущая роль: учитывая органические потребности детей в период адаптации, он приучает детей к режиму и воспитанию в группе сверстников, привлекает к активному участию в режимных моментах. Воспитатель организует проведение цикла игровых занятий в адаптационном периоде. Ведь детство – это особый период в становлении организма ребенка, а каким будет этот процесс, зависит от качества взаимодействия с окружающими.

Поэтому занятия-игры в адаптационном периоде, кроме решения задач адаптации к дошкольному учреждению, направлены и на укрепление физического и психического здоровья детей, укрепление их эмоционального благополучия с учетом индивидуальных возможностей ребенка. На формирование адекватных возрасту способов и средств общения с взрослыми и сверстниками.

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

Основные задачи занятий:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения, снижение излишней двигательной активности, тревоги, агрессии, развитие навыков взаимодействия детей друг с другом, внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений; развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Личностно-образовательные технологии ставят в центр образовательной системы личность ребёнка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий её развития, реализации её природного потенциала.

С целью внедрения личностно-центрированного подхода к игре-занятию, учитываю следующие **особенности**:

- оценка и необходимая коррекция психологических состояний в течение всего занятия (эмоциональных – радость, досада, весёлость и др.; интеллектуальных – сомнение, сосредоточенность и др.);
- поддержка высокого уровня мотивации в течение всего занятия;
- выявление субъектного опыта детей по предложенной теме;
- использование различных сенсорных каналов при объяснении нового материала;
- отказ от фронтальной работы как основной формы проведения занятия и широкое использование различных вариантов индивидуальной работы;
- использование разнообразного дидактического материала, позволяющего ребёнку проявлять избирательность к типу, виду и форме задания, характеру его выполнения;
- создание условий для формирования у ребёнка уверенности в своих силах.

Одним из путей снижения адаптационного стресса при поступлении ребенка в дошкольное учреждение, повышения качества жизни ребенка является реализация технологии воспитания и обучения детей раннего и младшего дошкольного возраста, направленная на повышение адаптационных возможностей ребенка путем формирования у него навыков общения с взрослыми и сверстниками посредством игровой деятельности.

Направления работы с детьми:

1. Формирование предпосылок сюжетно - отобразительной игры.
2. Формирование культурно - гигиенических навыков.
3. Сенсорное воспитание.
4. Музыкальное воспитание.
5. Развитие изобразительной деятельности.

Направления работы с родителями:

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

Для реализации задач адаптационного периода необходимы оборудование и материалы для развития у детей движений, речи, конструктивной деятельности, сенсорного развития, мелкой моторики, ролевых и предметных действий, изобразительной деятельности, музыкальных способностей, театрализованной деятельности, ознакомления с природой.

При формировании предметно-развивающей среды группы для детей раннего возраста в адаптационный период, руководствуясь деятельно-возрастным подходом, требованиями и рекомендациями программно-методической литературы, пожеланиями и запросами родителей.

Немаловажная роль отводжу и работе с родителями, ведь от того, как сложится каждодневное общение ребенка с взрослыми в семье, во многом зависит процесс адаптации к условиям детского сада.

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

Работа с родителями.

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

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

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

Беседа: «Чем может помочь мама ребенку».

Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на

полную мощность. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш, и какие замечательные воспитатели там работают.

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

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

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается. И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением. Пусть малыша отводят тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода. Обязательно скажите, что вы придетете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания! У вас должен быть свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

Беседа с родителями: «Чего нельзя делать ни в коем случае».

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Лучше еще раз скажите, что вы его очень любите и обязательно придетете за ним.

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

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

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

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

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

Когда речь идет об адаптации ребенка к саду, очень много говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но «за кадром» остается один очень важный человек — мама, которая находится в не меньшем стрессе и переживаниях! Она тоже остро нуждается в помощи и почти никогда ее не получает. Часто мамы не понимают, что с ними происходит, и пытаются игнорировать свои эмоции. Но не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства, и в данном случае они являются естественными. Поступление в сад — это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «крутизняк» сердце, когда она видит, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад. Чтобы помочь себе, нужно: быть уверенной, что посещение сада действительно нужно семье. Например, когда маме просто необходимо работать, чтобы вносить свой вклад (порой единственный) в доход семьи. Иногда мамы отдают ребенка в сад раньше, чем выходят на работу, чтобы помочь ему адаптироваться, забирая пораньше, если это будет нужно. Чем меньше у мамы сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше уверенности, что ребенок рано или поздно обязательно справится. И малыш, реагируя именно на эту уверенную позицию мамы, адаптируется гораздо быстрее.

Важно поверить, что малыш на самом деле вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком — с вами! Он пока не знает, что вы обязательно приедете, еще не установился режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. Плач — это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «кнытье». Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь, воспользоваться помощью. В саду есть психолог, и этот специалист может помочь не только (и не столько!) ребенку, сколько его маме, рассказав о том, как проходит адаптация, уверив, что в саду действительно работают люди, внимательные к детям. Иногда маме очень нужно знать, что ее ребенок быстро успокаивается после ее ухода, и такую информацию может дать психолог, наблюдающий за детьми в процессе адаптации, и воспитатель, заручившись поддержкой. Вокруг вас мамы, переживающие те же чувства в этот период. Поддерживайте друг друга, узнайте, какие «ноу-хау» есть у каждой из вас в деле помощи малышу. Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя.

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

Адаптация закончена, если:

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

ЦИКЛ ИГР-ЗАНЯТИЙ В АДАПТАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ

В соответствии с этапами адаптации, с детьми младшей группы проводятся занятия 1 раз в день.

Занятие 1. Наливаем, выливаем, сравниваем.

Цель:

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

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

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

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

Занятие 2. Рисунки на песке.

Цель:

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

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

Занятие 3. Разговор с игрушкой.

Цель:

- **Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.**
- **Формирование умения действовать соответственно правилам игры.**
- **Снятие мышечного напряжения; развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость).**

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

Занятие 4. Летающий шарик.

Цель:

- **Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.**

- **Формирование умения действовать соответственно правилам игры.**
- **Дыхательная гимнастика – воздушная струя.**

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

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

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

Занятие 5. Игра с крупой.

Цель:

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

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

Занятие 6. Выше ноги.

Цель:

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

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

Занятие 7. Парные вещи.

Цель:

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

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

Занятие 8. Повторялки (великолепная игра для возбудимого ребенка).

Цель:

- **Создание положительного эмоционального настроя у ребенка.**
- **Формирование умения действовать соответственно правилам игры.**
- **Повторение по подражанию.**

- **Снятие эмоционального напряжения и агрессии; снижение излишней двигательной активности, импульсивности.**

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

Занятие 9. Кубики из пакетов 1.

Цель:

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

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

Занятие 10. Кубики из пакетов 2.

Цель:

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

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

Занятие 11. Волшебная смесь.

Цель:

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

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

«Смеси волшебной немного возьмем,
Шарик скатаем и песню споем.

А тот, кто тихонько потом подождет,
Увидит, как шарик вдруг пропадет».

Занятие 12. Открывание банок.

Цель:

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

Соберите несколько пластиковых банок с крышками. Все они должны быть небольшого размера, чтобы маленькие руки ребенка смогли их открыть. В каждую из банок положите

по яркой игрушке. Закройте крышки и позвольте их открыть. Пронаблюдайте с какой баночки начнет ребенок. Сделайте вывод: понравился цвет или игрушка.

Занятие 13. Разверни игрушку.

Цель:

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

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

Эмоциональный портрет Петрова Ивана, впервые поступившего в детский сад, нуждающегося в индивидуальном маршруте.

Отрицательные эмоции - как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, в том числе и у Вани впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу. Проявления у ребенка были различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш был подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть, и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы, о сне вообще не стоит говорить... И вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечтается по группе, напоминая "белку в колесе". Как вихрь вырывается из рук нянь или меня и мчится к выходу, со всеми конфликтами на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по несколько раз в день. Довольно часто он выражал свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. В палитру плача входил также и "плач за компанию", которым уже почти адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает "новичков", пришедших в группу, и составляет "плачущий дуэт" или же просто подпевает в хоре. Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у Вани держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.

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

Гнев: Порой на фоне стресса у Вани вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на его лице. В такой момент малыш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту, часто кусаясь. В период адаптации ребенок похож на "ахиллесову пяту" и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождающая им агрессия способны разгореться, даже если нет искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.

Социальные контакты. Уже в три года малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта. Коммуникабельность ребенка - это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у Вани утратилось это свойство. Он замкнут и нелюдим, все

время проводят лишь в "гордом одиночестве". Часто Ваня обычно, плача, подбегает ко мне, хватает за руку, пытается тянуть к входной двери и хочет, чтобы я отвела его домой. Малыш готов пойти на компромисс с няней или медсестрой. Пусть не домой, но только чтобы увезли его из группы, чтобы забрали поскорей от этих не умеющих вести себя детей. Нет, он не хочет и не может дружить с ними. Насколько проще было дома, когда он проводил

все дни один.

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

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

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас Вани скучный. При разговоре со мной лишь употребляет младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. В ответах на вопросы - "телеграфный стиль". Такая речь, я считаю, итог тяжелой адаптации. При легкой - она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

Двигательная активность. Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ваня сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако я стараюсь все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

Сон. Вначале сон отсутствовал совсем, и в тихий час Ваня настоящий "ванька-встанька". Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. Но сон нельзя назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Как будто бы он смотрит сон свой в телевизоре, где ясно видит, что с ним происходит. Однако фильм имеет только страшное начало, конец малыш боится посмотреть. И чтобы его действительно не видеть, в испуге, плача, прерывает сон.

Аппетит. Аппетит у Вани отсутствовал иногда совсем, как будто бы ребенок объявил голодовку.

Анкета для родителей:

«Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?»

Ф.И.

ребенка

1. Какое настроение преобладает у ребенка?

- а) бодрое, уравновешенное
- б) раздражительное, неустойчивое
- в) подавленное

2. Как ребенок засыпает?

- а) быстро (до 10 мин.)
- б) медленно
- в) спокойно
- г) не спокойно

3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?

- а) дополнительные воздействия _____

(какие?)

- б) без дополнительных воздействий
4. Какова продолжительность сна ребенка?
- а) 2 часа
 - б) менее часа
5. Какой аппетит у Вашего ребенка?
- а) хороший
 - б) избирательный
 - в) неустойчивый
 - г) плохой
6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?
- а) положительно
 - б) отрицательно
 - в) не просится, но бывает сухой
 - г) не просится и ходит мокрый
7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?
- а) сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, другие
_____ (указать)
 - б) нет отрицательных привычек
8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?
- а) да
 - б) нет
 - в) иногда
9. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых?
- а) да
 - б) нет
 - в) иногда
10. Как играет Ваш ребенок?
- а) умеет играть самостоятельно
 - б) не всегда
 - в) не играет сам
11. Взаимоотношения со взрослыми:
- а) легко идет на контакт
 - б) избирательно
 - в) трудно
12. Взаимоотношения с детьми:
- а) легко идет на контакт
 - б) избирательно
 - в) трудно
13. Отношение к занятиям (внимателен, усидчив, активен)?
- а) да
 - б) нет
 - в) не всегда
14. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?
- а) да
 - б) нет
 - в) перенес разлуку легко
 - г) тяжело
15. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?
- а) да
 - б) нет

Занятие 1. МОЙ ДОМИК

Задачи:

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

Оборудование и материалы: игрушки домик, бабочка (яркой окраски); большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики; краска для рисования пальцами или гуашь, смешанная с зубной пастой; лист с изображением бабочки.

Занятие 2. ПАДАЮТ, ПАДАЮТ ЛИСТЬЯ**Задачи:**

1. Создание атмосферы эмоциональной безопасности, снятие эмоционального и мышечного напряжения.
2. Снижение импульсивности, повышенной двигательной активности, развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп.
3. Развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакции.
4. Развитие речи, воображения, творческих способностей.

Материалы: Большой зонт; музыкальный центр, аудиозапись шума дождя, кассета с записью медленной спокойной музыки; два кленовых листа (для каждого ребенка); желтая, красная, зеленая гуашь; лист с изображением осеннего пейзажа и кисточка (для каждого ребенка).

Занятие 3. МЯЧИК**Задачи:**

1. Сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками.
2. Повышение эмоционального тонуса.
3. Развитие чувства ритма, координации движений, развитие ориентации в пространстве.
4. Обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов; развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения.

Материалы:

Большой мяч; матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине).

Занятие 4. ПОГУЛЯЕМ**Задачи:**

1. Сплочение группы, развитие эмпатии.
2. Развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию.
3. Снижение излишней двигательной активности.
4. Обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету; развитие пространственных представлений, умения отображать в речи местонахождение вещей.
5. Развитие общей моторики; развитие памяти, речи и воображения.

Материалы:

Картина или фотография «Осенний лес»; игрушечный ежик; игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь; красный, желтый и зеленый кленовые листья (для каждого ребенка); красная, желтая и зеленая корзинки.

Занятие 5. МЫ ИГРАЕМ**Задачи:**

1. Развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера).
2. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
3. Развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом; умения различать части тела.
4. Развитие общей и мелкой моторики, зрительного восприятия, речи и воображения.

Материалы: Большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); музыкальный центр, аудиозапись спокойной музыки и ритмичной мелодии; лист бумаги и цветные карандаши или большой красный круг и маленький синий кружок (для каждого ребенка).

Занятие 6. МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ

Задачи:

- 1.Снятие эмоционального напряжения и агрессии; снижение излишней двигательной активности, импульсивности.
- 2.Обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы.
- 3.Развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики; внимания, речи и воображения.

Материалы: Набор для выдувания мыльных пузырей; магнитофон, музыкальный центр, аудиозапись плавной мелодии; мячи; мячи для подскоков (хоппы).

Занятие 7. МУЗЫКАНТЫ

Задачи:

- 1.Создание положительной эмоциональной обстановки.
- 2.Сплочение группы, отработка умения согласовывать свои движения с движениями других детей, с ритмом музыки и текста.
- 3.Развитие образности слухового восприятия, слуховой и зрительной памяти.
- 4.Развитие общей и мелкой моторики; внимания, речи и воображения.

Материалы: Ширма; игрушки: заяц, медведь (кот и кукла); игрушечные музыкальные инструменты: барабан, гусли, труба, гармошка, пианино.

Занятие 8. МАМИН ДЕНЬ

Задачи:

1. Оптимизация детско-родительских отношений.
2. Воспитание доброго отношения к маме.
3. Развитие двигательных навыков; восприятия, внимания и речи.

Материалы: Кукла и медвежонок (для каждого ребенка); головные уборы и украшения, ширма; колокольчик.

Занятие 9. МИШКА

Задачи:

1. Сплочение группы, развитие эмпатии; снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности.
2. Развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры.
3. Развитие координации движений, общей и мелкой моторики, внимания, речи и воображения.

Материалы: Игрушечный медвежонок; музыкальный центр, аудиозапись пения птиц; гуашь желтого цвета, лист с изображением банки (для каждого ребенка), кисточка.

Занятие 10. НЕПОСЛУШНЫЕ МЫШАТА

Задачи:

1. Преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет; формирование положительной самооценки.
2. Развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм.
3. Развитие слухового внимания, быстроты реакции, общей и мелкой моторики; чувства юмора, речи и воображения.

Материалы: Игрушечная мышка; розовый и черный косметические карандаши; большие игрушечные часы; музыкальный центр, аудиозапись плясовой музыки.

Занятие 11. КОЛОБОК - РУМЯНЫЙ БОК

Задачи:

1. Сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей на выкам сотрудничества; снятие страхов перед сказочными героями.

2. Развитие общей и мелкой моторики, координации движений.
3. Развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного), пространственных представлений, внимания, речи и воображения.

Материалы: Куклы баба-яга; матерчатый мешочек; фрукт и овощ; пластилиновый шарик (для каждого ребенка); дидактический набор «Мисочки»; деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине); спортивный инвентарь: дорожки с разнофактурной поверхностью, гимнастические бревна, гимнастическая скамейка, обруч.

Занятие 12. КОТЯТА

Задачи:

1. Формирование положительной самооценки.
2. Развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; снятие мышечного напряжения; развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость); развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки; развитие координации движений, ориентации в собственном теле.
3. Развитие пространственных представлений, внимания, речи и воображения.

Материалы: Музыкальный центр, аудиозапись «Голоса животных и птиц»; желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цветов.