

## **ПРОЕКТ**

*по адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада*

*(младшая группа, дети от 3 до 4 лет)*

### **«Я ИДУ В ДЕТСКИЙ САД»**



*Воспитатели: Рытова Е.Г.*

*Федорова О.А.*

## ПАСПОРТ ПРОЕКТА

**Название проекта:** «Я иду в детский сад»

**Вид проекта:** социальный, творческий, познавательно-исследовательский с заданным результатом для детей 3-4 лет.

**Тип проекта:** практико-ориентированный

**Срок реализации проекта:** долгосрочный, 3 месяца (июль, август, сентябрь). На сроки проекта могут повлиять следующие факты – адаптационный период может затянуться с учетом индивидуальности ребёнка и особенности семейных отношений; дата поступления в детский сад; заболеваемость и посещаемость детей.

**Участники проекта:** дети 3-х лет, родители воспитанников, воспитатель.

**Актуальность проекта:** Ребенок, переходящий в новые условия жизни в дошкольном учреждении, переживает стрессовое состояние; у него появляется торможение, напряженное состояние, ребенок попадает под целый комплекс воздействий. Возникает синдром адаптации, т.е. скопление неизвестных воздействий, что вызывает у него страх, отрицательные эмоции.

Процесс адаптации ребенка, во многом зависит от того, как сумеет воспитатель понять нужды, интересы, наклонности ребенка, своевременно снять эмоциональное напряжение, согласовать методику проведения режимных процессов с семьей.

**Цель проекта:** Создание благоприятных условий для успешной адаптации детей к дошкольному учреждению.

**Задачи проекта:**

1. Снизить уровень тревожности детей и родителей в период адаптации.
2. Оптимизировать процесс физиологической адаптации – снизить уровень заболеваемости.
3. Обучить родителей практическим приемам воспитания и оздоровления детей.
4. Способствовать психоэмоциональному развитию каждого ребёнка

**Предполагаемый результат:**

1. Благоприятноехождение периода адаптации у детей.
2. Создание комфортной обстановки для детей и в группе.
3. Преобразование предметно-развивающей среды.
4. Установление доверительных отношений между ребенком, педагогом и родителями.

**Работа с родителями:**

- Консультирование - повышение педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации.
- Практикумы – способствовать овладению родителями конструктивными способами взаимодействия с детьми, осознанию возможных проблем в системе родители-дети.
- Выпуск памяток, информационных листов об особенностях данного возраста, рекомендуемых развивающих игр
- Привлечение к участию в организации предметно-развивающей среды группы;
- Привлечение к участию в выставке работ «Золотые руки наших мам»;
- Оформление фотовыставки для родителей «Я люблю свой детский сад».

***Работа с детьми:***

- Знакомство детей с детским садом, друг с другом. Ежедневно, последовательно без назидательства вводить правила поведения в группе и приучения к режиму дня.
- Развитие культурно-гигиенических навыков.
- Снятие эмоционального напряжения в течение дня, работа по профилактике стрессовых ситуаций и тревожности.
- Развитие эмоциональной сферы, коммуникабельности.
- Дидактические игры, которые не только развивают, но и позволяют оценить коммуникативные способности и уровни нервно-психического развития.

***Продукт проектной деятельности:*** Выставка «Я и детский сад» (рисунки и фото детей)

## План проекта

<i>период</i>	<i>Содержание</i>	<i>ответственные</i>
<b>Июль</b>	<p>- Заключение договора с родителями;</p> <p>- Экскурсия родителей по ДОУ, знакомство родителей с группой и воспитателями;</p> <p>- Анкета «Готов ли ваш ребенок к поступлению в ДОУ»;</p> <p>- Индивидуальный маршрут развития ребенка;</p> <p>- Памятка для родителей «Подготовка ребенка к посещению детского сада»;</p> <p>- Памятка для родителей «В первые дни пребывания в детском саду»;</p> <p>- «Вместе весело шагать...»- беседа о группе, знакомство с групповыми атрибутами</p> <p>- <b>Занятие «Божья коровка»</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Приветствие Божьей коровки.</li><li>2. Игра «Поймай жучка».</li><li>3. Потешка «Божья коровка».</li><li>4. Упражнение «Где у жучка ножки?»</li><li>5. Игра «Божья коровка и ветер».</li><li>6. Игра «Божья коровка и воробей».</li></ol> <p>- Игровая деятельность: «Ласковое имя»; «Сороконожка»; массажи: «Грибной дождь»; «Ежик», «Солнышко и тучка» релаксационное упражнение</p>	Заведующая ДОУ Воспитатель
<b>Август</b>	<p>- Консультация «Растим малыша здоровым»;</p> <p>«Тепло-холодно» релаксационное</p>	

	<p>упражнение</p> <p>- Игровая деятельность: «Зайка серенький сидит», «Солнце и дождик»; «Считалка для мышки»; пальчиковая игра «Пальчики»</p> <p>Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»</p>	воспитатель
<b>Август</b>	<p>- Консультация «Где моя большая ложка?»;</p> <p>«Игра с песком»- песочная терапия</p> <p><b>- Занятие «Мыльные пузыри»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Поймай пузырь».</li> <li>3. Песенка «Ладушки - ладошки»</li> <li>4. Игра «Надувайся пузырь»</li> <li>5. Релаксация «Пузырьки»</li> <li>6. Игра «Полетаем на пузыре»</li> </ol> <p><b>- Занятие «Непослушные мышата»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие.</li> <li>2. Игра «Наоборот»</li> <li>3. Потешка «Скачут мышки, шалунишки»</li> <li>4. Игра «Мышки и часы»</li> <li>5. Упражнение «Это- папа – мышь...»</li> <li>6. Релаксация «Мышки отдыхают»;</li> </ol> <p>- Игровая деятельность: «Ладонь на ладонь»; «Пропавший малыш»; массаж «Мишка»</p>	Воспитатель
<b>Сентябрь</b>	<p>- Организационное родительское собрание;</p> <p>Консультация «В царстве упрямства и капризов. Кризис трех лет.»;</p> <p>- «Обнималки» - телесная терапия</p> <p>-«Я люблю сказки» - сказкотерапия</p> <p>- Игровая деятельность:</p>	Воспитатель

	<p>«Солнышко», «Колокольчик»;</p> <p>- <b>Занятие «Зайка»</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Приветствие.</li><li>2. Стихотворение «Зайку бросила хозяйка»</li><li>3. Потешка «Зайка серенький сидит»</li><li>4. Игра «Лиса и заяц»</li><li>5. Игра «Найди морковку»</li><li>6. Потешка «Еле-еле, завертелись карусели»</li></ol> <p>- Диагностика адаптации к ДОУ.</p>	
--	---	--

# **СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

## ***1 этап - подготовительный (сбор и накопление информации)***

### **Этапы реализации проекта.**

#### **1-й этап «Подготовительный»**

- Подбор и изучение необходимой литературы.
- Изучение рекомендаций для грамотного ведения работы с родителями в адаптационный период.
- Составление плана работы и подбор методик.
- Анкетирование родителей на тему: «Сведения о ребенке».
- Предоставление родителям папки - передвижки с практическими рекомендациями; информационных листов с кратким материалом "Адаптация. Что это?".
- Организация развивающей среды в группе:
  - уголок ряженья
  - игровые зоны
  - зона двигательной активности
- Подготовка фонотеки негромкой, спокойной музыки для проведения режимных моментов и сна.
- Подготовка игротек
- Подготовка места для игр с водой и песком (в группе и на участке)
- Подготовка наборов игрушек-забав для развлечения детей
- Подготовка наборов игр.

#### **2-й этап «Основной».**

1. Реализация проекта. (план проекта)

#### **3-й этап «Заключительный»**

- Анализ адаптационных карт, определение уровня адаптации детей;
- Разработка рекомендаций для родителей по соблюдению единых требований к детям в детском саду и дома;
- Анкетирование родителей по итогам адаптации (реализации проекта).
- Презентация проекта:
  - выставка фотографий «из жизни детей в детском саду»;
  - закаливание;
  - адаптация детей к условиям ДОУ;
  - правила поведения в ДОУ;
  - формирование навыков самостоятельности и самообслуживания;
  - соблюдение режима дня в выходные дни
- фотовыставка «Я и детский сад»

- подготовка анкеты для родителей на тему «Сведения о ребенке»;
- разработка перспективного плана по реализации проекта;
- подбор наглядного материала (иллюстрации, игрушки) для создания развивающей среды в группе;
- подбор художественной литературы и художественного слова для чтения и пересказа;
- подбор дидактических, подвижных и пальчиковых игр по теме проекта;
- подготовка фонотеки негромкой, спокойной музыки для проведения режимных моментов и сна;
- подготовка игротек;
- подготовка места для игр с водой и песком (в группе и на участке);
- подготовка наборов игрушек-забав, кукол Бибабо для развлечения детей;
- подготовка наборов играми, в которых задействованы кисти рук.

## ***II этап – основной (практический)***

## ***III этап – заключительный***

### ***РЕЗУЛЬТАТ ПРОЕКТА***

В процессе реализации проекта в группе были созданы условия для благоприятного прохождения периода адаптации у детей. Преобразовалась предметно - развивающая среда, появились новые дидактические игры, такие, как «Книжка угадай-ка». Была создана картотека «Игры - развлечения в период адаптации». Также был приобретен материал для песочной терапии. Это способствовало установлению доверительных отношений между ребенком и педагогом. Родители воспитанников с интересом, заботой и ответственностью подошли к периоду адаптации, что способствовало установлению доверительных отношений между воспитателем и родителями. В заключении проекта была организована фотовыставка для родителей «Я люблю свой детский сад», в которой отражены основные режимные моменты группы, а так же некоторые мероприятия по здоровьесбережению.



## Приложение

### Занятия:

#### **1.БОЖЬЯ КОРОВКА**

##### **Задачи:**

- создание положительного эмоционального настроения в группе;
- развитие умения действовать соответственно правилам игры;
- развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле;
- развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов);
- развитие внимания, речи и воображения.

##### **Материалы:**

игрушечная «божья коровка» (желательно круглой формы);  
большие и маленькие машинки, матрёшки, куклы, кубики и т.п.;  
черная краска для рисования пальцами или гуашь, смешанная с зубной пастой;  
лист с изображением божьей коровки (для каждого ребенка).

##### **Ход игры:**

Приветствие.

Воспитатель показывает детям игрушечную божью коровку и говорит:

***-К нам в гости прилетела Божья коровка. Посмотрите, какая она красивая!***

***Давайте поздороваемся с ней.***

Дети рассматривают божью коровку, здороваются с ней.

Воспитатель предлагает определить цвет, форму и величину игрушки, затем вместе с детьми считает точки на спинке божьей коровки.

- Ребята, представьте себе, что наша божья коровка полетела. Ну-ка, попробуем ее поймать!

Воспитатель, делая вид, что пытается поймать воображаемого жучка, выполняет хватательные движения над головой: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения.

**- Давайте разождем кулачки и посмотрим, смогли ли мы поймать божью коровку.**

Дети вслед за воспитателем медленно разжимают кулачки.

**- Вот наш жучок! Подставьте ему обе ладошки.**

Дети вслед за воспитателем соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат воображаемого жучка.

Воспитатель рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Божья коровка,  
*Ритмично покачивают ладонями*  
Улети на небо,  
*Делают взмахи перекрещенными*  
*кистями рук*  
Принеси нам хлеба,  
*Машут кистями рук на себя.*  
Чёрного и белого,  
*Ритмично хлопают в ладоши*  
Только не горелого!  
*Грозят указательным пальцем.*

**- Замерзла божья коровка, не может взлететь. Давайте согреем ее нашим дыханием.** Дети дышат на ладошки.

**- Согрелась божья коровка, давайте сдуем ее с ладошки.**

Дети делают несколько глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. На выдохе вытягивают губы трубочкой, подставляют под холодные струйки воздуха ладошки.

На начальном этапе освоения этого упражнения можно предложить детям на выдохе длительно произносить звук «у-у-у-у...».

**— А теперь, ребята, давайте сами превратимся в божьих коровок.**

Мы вокруг себя покружились  
И в божьих коровок превратились

## *Кружатся*

Божьи коровки, покажите мне ваши

Головки, носики, ротики,

Ручки-крылышки, ножки, животики.

*Показывают названные*

*части тела.*

**— Замечательно! А теперь мы поиграем в игру «Божьи коровки и ветер». Светит солнышко, божьи коровки ползают по листочкам.**

Дети встают на четвереньки и ползают по полу.

**- Подул злой холодный ветер, перевернул жучков.**

Дети переворачиваются на спину, шевелят расслабленными руками.

**- Подул добрый теплый ветерок, помог перевернуться жучкам.**

Дети снова встают на четвереньки и ползают.

Игра повторяется 2-3 раза.

**- Теплый ветер подул сильнее, поднял божьих коровок в воздух, и они полетели.**

Дети, изображая полет божьих коровок, медленно бегают, плавно машут руками, жужжат.

**- Воробей летит! Спасайтесь, божьи коровки!**

Дети бегут в объятия к воспитателю.

Воспитатель выставляет перед детьми парные игрушки, различающиеся по величине (большие и маленькие машинки, матрёшки и т.п.) и говорит:

**- Ребята, божьей коровке захотелось поиграть с вашими игрушками. Помогите ей выбрать маленькие игрушки.**

Дети выполняют задание.

**- Давайте нарисуем божью коровку в воздухе, покажем ручками, какая она круглая.**

Дети вслед за воспитателем рисуют в воздухе круг: одной рукой, другой, обеими руками одновременно. (При необходимости воспитатель может взять руки детей в свои и показать им, как выполняются вращательные движения.)

Дети садятся за столы. Воспитатель раздаёт краски и листки с изображением божьих коровок.

***-Теперь нарисуем чёрные точки на спинках божьих коровок.***

Дети вслед за воспитателем обмакивают указательные пальцы в черную краску (гуашь, смешанную с зубной пастой) и закрашивают круги на спинках божьих коровок.

Воспитатель говорит:

***- Божьей коровке у вас очень понравилось, но пришла пора прощаться. До свидания!***

## ***2.МЫЛЬНЫЕ ПУЗЫРИ***

### **Задачи:**

- снятие эмоционального напряжения и агрессии;
- снижение излишней двигательной активности, импульсивности;
- обучение детей установлению контакта друг с другом, сплочение группы;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики;
- развитие внимания, речи и воображения.

### **Материалы:**

набор для выдувания мыльных пузырей;  
магнитола, диск с записью плавной мелодии;  
мячи;  
мячи для подскоков (хоппы).

### **Ход игры:**

Приветствие.

Воспитатель показывает детям набор для выдувания мыльных пузырей и предлагает отгадать загадку:

*В мыльной воде родился,  
В шарик превратился.  
К солнышку полетел,  
Да не долетел-лопнул!*

Воспитатель и дети выдувают пузыри, наблюдают за ними, ловят их. В конце упражнения воспитатель задает вопросы. Дети отвечают на них:

-Сколько пузырей я выдула? – Много.

-Какой формы пузыри? - Круглые.

-Какого размера были пузыри? – Большие и маленькие.

-А какого цвета вы видели пузыри? – Белые, голубые, розовые, жёлтые, зелёные.

-Разноцветные (подытоживает воспитатель)

-А что делали пузыри? – Летали, лопались, кружились, поднимались, опускались, сталкивались.

-А что вы делали? -Мы надували пузыри, ловили пузыри, прыгали..

Дети садятся в круг. Воспитатель поёт песенку «Ладушки-ладошки» и показывает движения. Дети повторяют за ним.

*Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки... (Ритмично хлопают в ладоши);*

*Хлопали в ладошки, хлопали немножко. Да... (Кладут ладони на колени)*

*Пену мешали, пузыри пускали,*

*Пузыри летали, деток забавляли. (Изображают движения) Да... (Кладут ладони на колени)*

*Кулачки сложили, кулачками били: (Складывают ладони в кулачки стучат кулачками друг о друга.*

*«Тука-тука, тука-тук!» «Тука-тука, тука-тук!» Да... (Кладут ладони на колени)*

*Ладошки плясали, деток забавляли,*

*Так они плясали, деток забавляли. ( Сжимают и разжимают кулачки) Да... (Кладут ладони на колени)*

*Ладошки устали, ладушки поспали,*

*Баю-баю-баюшки, баю-баю ладушки. (Кладут сложенные «лодочкой» под правую, затем под левую щеку)*

*Да... (Кладут ладони на колени)*

Все берутся за руки и встают в маленький круг.

Воспитатель рассказывает стишок и не спеша отступает назад. Дети повторяют за ним:

*Надувайся пузырь,*

*Раздувайся большой,*

### ***Оставайся такой, Да не лопайся!***

Круг расширяется, пока воспитатель не скажет: **«Лопнул пузырь!»**

Тогда все хлопают в ладоши, хором говорят: **«Хлоп!»**, сбегаются в маленький круг и снова берутся за руки.

Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель предлагает детям лечь на спину, обхватить руками согнутые в коленях ноги, подтянуть голову к коленям.

Дети выполняют задание.

**- Вспомните, как плавно покачивались в воздухе пузыри. Попробуйте это изобразить.**

Дети выполняют задание.

**- Ну-ка, пузыри, собирайтесь в баночку.**

Дети подбегают к воспитателю и встают вплотную друг к другу.

**- Я беру палочку для выдувания пузырей и опускаю ее в банку.**

Воспитатель гладит рукой детей по волосам.

**- Проверим, все ли пузыри собрались в баночку.**

Называет детей по именам, встречается с ними глазами.

**-Раз, два три- надувайтесь, пузыри!**

Дети разбегаются по группе.

Звучит громкая плавная музыка - дети изображают полет мыльных пузырей. Музыка затихает - дети в удобной позе ложатся на ковер. Воспитатель делит детей на пары. Даёт каждой паре по мячу и говорит:

**-Представьте себе, что мяч-это пузырь, который нельзя уронить. Иначе он лопнет. Держите мяч вдвоём и дружно выполняйте движения.**

Воспитатель напевает песню «Антошка», дети подпевают и, не выпуская мяча из рук, выполняют упражнения под музыку (прыгают, кружатся, маршируют, приседают, поднимают руки вверх и т.п.).

### ***3. НЕПОСЛУШНЫЕ МЫШАТА***

**Задачи:**

-преодоление упрямства, негативизма в период кризиса

трех лет;

-формирование положительной самооценки;

-развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм;

-развитие слухового внимания, быстроты реакции;

-развитие общей и мелкой моторики;

развитие чувства юмора, речи и воображения.

### **Материалы:**

игрушечная мышка;

розовый и черный косметические карандаши;

большие игрушечные часы;

магнитола, диск с записью плясовой музыки.

### **Ход занятия**

■ Приветствие.

■ Воспитатель показывает детям игрушечную мышку и говорит:

**— Здравствуйте, ребята! Давайте с вами поиграем. Я буду мамой-мышкой, а вы будете непослушными мышатами, мышками-шалунишками, будете делать все наоборот.**

Чтобы дети лучше вошли в образ, можно нарисовать им косметическими карандашами розовые носики и черные усики.

*Непослушные мышата*

*Маму слушать не хотят.*

*Ножками топайте, - Нет, нет, нет!*

*Ручками похлопайте. – Нет, нет, нет!*

*Головкой покивайте. – Нет, нет, нет!*

*Со мною поиграйте. – Нет, нет, нет!*

Мышка качает головой:

*-Ах, какие озорные,*

*непослушные какие!*

*Ножками не топайте. – Будем, будем, будем!*

Топают ногами.

*-Ручками не хлопайте. - Будем, будем, будем!*

Хлопают в ладоши.

*-Головкой не кивайте. – Будем, будем, будем!*

Кивают головой.

*-Со мною не играйте. – Будем, будем, будем!*

Прыгают на месте.

*-Ах, какие озорные, непослушные мышата!*

Воспитатель произносит предложения, дети, подобрав подходящие антонимы, заканчивают их.

*— Ах, какие непослушные мышата, все делают наоборот. Мама их просит включить свет, а они. (выключают). Папа их просит выключить телевизор, а они... (включают). Бабушка их просит открыть окно, а они.. (закрывают).*

*Дедушка их просит закрыть кран, с водой, а они— (открывают). Воспитатель просит их убрать игрушки, а они... (разбрасывают).*

*- В тихий час, когда все малыши крепко спят, им говорят: «Не шумите, не скачите», а они... (шумят, скачут).*

Воспитатель рассказывает потешку и показывает движения. Дети повторяют за ним.

Скачут мышки-шалунишки,  
Кто на чашке, кто на крышке.

Тише, тише, тише, мышки,  
Не мешайте спать малышке

*Прыгают на месте.*

*Идут на носочках.*

*Садятся на корточки,  
кладут ладони, сложенные «лодочкой»,  
под щёку*

Игра повторяется 2-3 раза.

*- Вот наступил вечер. Мама мышка уложила своих мышат спать. Она подошла к каждому мышонку, погладила его по головке и поцеловала в щечку.*



Дети садятся на стульчики и, изображая спящих мышат закрывают глаза. Воспитатель берет игрушечную мышку и подходит к каждому ребенку. «Мышка» гладит детей по головкам, «целует» их в щечки, затем «ложится спать» .

Воспитатель говорит:

**- Только мама-мышка уснула...**

Звучит быстрая плясовая музыка - дети встают со стульчиков, прыгают, танцуют. Музыка замолкает - дети садятся на стульчики, притворяются спящими.

**- Проснулась мама мышка. Что за шум? Наверное, ей что-то приснилось. Только заснула...**

Игра повторяется.

**- Ребята, давайте покажем пример мышкам-шалунишкам. Музыка заиграет, а мы с вами останемся на стульчиках. Никто не будет прыгать, танцевать, будить маму.**

Звучит музыка - дети, преодолевая желание двигаться, остаются сидеть на стульчиках.

Воспитатель выключает музыку, хвалит детей и говорит:

**- Наступило утро. Мышата проснулись, потянулись, друг другу улыбнулись.**

Все поднимают вверх сначала левую, затем правую руку и встают на носочки.

Воспитатель устанавливает на полу большие игрушечные часы и говорит:

**- Давайте поиграем в игру «Мышки и часы»**

Вышли мыши как-то раз  
Идут на четвереньках к часам,  
шлепая ладошками по полу в ритм стиха

Посмотреть, который час,

Раз, два, три четыре!

«Дёргают за гири»

правой рукой

Мыши дёрнули за гири,

«Дёргают за гири»

левой рукой.

Раздался тут страшный звон:

*Закрывают ладонями уши.*

*Бим, бом, бим, бом!*

*Ритмично хлопают в ладоши.*

*Убежали мыши вон!*

*Отползают на четвереньках (спиной вперёд)*

*К своим стульчикам*

Игра повторяется 2-3 раза.

Воспитатель следит, чтобы дети выполняли движения в соответствии с ритмом стиха.

***-Наша игра заканчивается. Озорные мышата превращается в хороших, послушных мальчиков и девочек. Давайте мальчики скажут сейчас: «Я хороший!» Молодцы! Теперь девочки: «Я хорошая! Умницы! И все вместе: «Мы хорошие!».***

## ***4.Котенок***

### **Задачи:**

- создание положительной эмоциональной обстановки;
  - сплочение группы, отработка умения согласовывать свои
  - развитие общей и мелкой моторики:
- развитие внимания, речи и воображения.

### **Материал:**

Чистые листы бумаги, гуашь любого цвета.

### **Ход игры:**

Взрослый читает стихотворение:

***Намочил котёнок лапки –***

***Он пошёл гулять босой***

***Не нашел себе он тапки***

***И скорей бежит домой.***

*(Н.Дубровская)*

Дети окунают пальчики в гуашь и прикладывают к листу бумаги, оставляя «следы».

После того как порисовали, дети идут умываться, а воспитатель им помогает, проговаривая слова:

***Наши ручки рисовали,***

*Грязными от краски стали.  
Ручки нужно нам помыть,  
Полотенцем посушить.*

### *Беседа с детьми*

**«Вместе весело шагать....»**

**Цель:** познакомить детей с группой, игрушками, спальней, ванной комнатой.

Ход беседы:

1. Приветствие детей
2. Знакомство с игрушками в групповой комнате.
3. Поход в спальню, знакомство с кроватками.
4. Поход в ванную комнату, знакомство с полотенцами, умывальником, горшочками.

### *Дидактические, подвижные, пальчиковые игры*

**«Ласковое имя»**

*Цель:* помочь детям запомнить имена друг друга и установить контакт.

*Ход игры:* для детей младшего возраста – мы будем бросать мяч друг другу и скажем, как нас зовут( если ребёнок не говорит, то помогает воспитатель);

Для детей старшего возраста – вспомните, как вас зовут дома. Мы будем бросать мяч друг другу. И тот, к кому мячик попадёт, называет одно или несколько своих ласковых имен. Но важно не только назвать своё имя, но и запомнить каждого, к кому попадёт мяч.

**«Ладонь на ладонь»**

*Цель:* развивать умение согласовывать действия с партнёром.

*Ход игры:* дети прижимают ладошки друг к другу и таким образом двигаются по комнате, где можно установить разные препятствия, которые пара должна преодолеть. Это может быть стул или стол, а может сооруженная ребёнком гора или река (детям младшего возраста этого не делать). В игре может участвовать взрослый-ребёнок.

**«Сороконожка»**

*Цель:* развивать умение согласовывать действия с партнёром.

*Ход игры:* в гости приходит зайчиха Ляля и что-то говорит взрослому на ушко, который сообщает детям, что зайчиха очень хочет поиграть. А вы хотите поиграть?

Все участники встают «паровозиком», держась друг за друга. Впереди воспитатель, который держит Лялю. Сороконожка начинает передвигаться по комнате и находит разноцветные мячи. – Посмотрите, сколько здесь разноцветных мячиков. Вот красный (показывает красный мяч), вот синий (показывает синий мяч), а это желтый (показывает). Красный мяч я дам Маше, синий - Диме (раздаем мячи) давайте поиграем мячами(дети вместе с зайчихой играют мячами). Ой, а где же наше сороконожка? Убежала? (снова все встают «паровозиком»).

### «Зайка серенький сидит..»

Цель: развивать мелкую моторику рук.

Ход игры: взрослый рассказывает стихотворение и показывает действия руками. Затем дети повторяют за взрослым.

Зайка серенький сидит и ушами шевелит Сжимаем и разжимаем пальцы на руках

Вот так, вот так и ушами шевелит

Зайке холодно сидеть, Прижимаем руки к груди и делаем как будто нам холодно

Надо лапочки погреть

Гладим руки по тыльной стороне.

Вот так, вот так надо лапочки погреть

Зайке холодно стоять, Прижимаем руки к груди и делаем как будто нам холодно

Надо зайке поскакать Скачем на месте

Зайку волк испугал,

Зайка тут же убежал.

Прячем глаза руками

### «Солнце или дождик?»

Цель: развивать внимание детей, умение действовать по команде.

Ход игры: цветы разложены на полу, у воспитателя в руках зонтик.

- Дети, мы сейчас с вами пойдём гулять. Дождя нет, погода хорошая, светит солнышко, и можно собирать цветы (дети ходят по комнате, собирают цветы. Воспитатель начинает стучать в бубен).

- Ой, дождик пошёл, бегите под зонтик, а то намочите ножки!

Игра повторяется несколько раз.

### «Матрёшка»

Цель: развивать мышление

Ход игры: Воспитатель: Мы сейчас построим из кубиков лесенку, а на самую верхнюю ступеньку поставим матрёшку.

- Помогите матрёшке спуститься с лесенки.
- Помогите матрёшке подняться на лесенку
- Помогите матрёшке спуститься с лесенки и покатайте матрёшку на машине.

Можно придумать другие задания.

### **«Зайка»**

Цель: развивать речь.

Ход игры: дети и воспитатель встают в круг и выполняют действия, соответствующие тексту.

Заинька-зайка,

*Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку.*

Маленький зайка,

*Садятся на корточки, показывают, какие они маленькие.*

Длинные ушки,

*Приставляют ладошки к голове.*

Быстрые ножки.

*Бегут.*

Заинька-зайка,

*Движения повторяются.*

Маленький зайка,

Деток боишься,

*Обхватывают себя руками, изображая страх, «дрожат».*

Зайка-трусишка.

### **«Пропавший» малыш»**

Цель: развивать координация движений.

Ход игры: воспитатель проговаривает текст, дети повторяют и выполняют соответствующие движения

У меня пропали руки.

*Руки за спиной.*

Где вы, рученьки мои?

Раз, два, три, четыре, пять –

Покажитесь мне опять.

*Показывают руки.*

У меня пропали уши.

*Уши закрывают ладошками.*

Где вы, ушеньки мои?

Раз, два, три, четыре, пять –

Покажитесь мне опять.

*Показывают уши.*

У меня пропали глазки.

*Глаза закрывают ладошками*

Где вы, глазоньки мои?

Раз, два, три, четыре, пять –

Покажитесь мне опять.

*Убирают ладошки от глаз.*

### «Пальчики»

Цель: развивать мелкую моторику

Ход игры: воспитатель проговаривает текст, сопровождая его движениями, а дети повторяют.

Этот пальчик – самый большой, *Показывает большой палец , слегка массируя.*

Самый весёлый, самый смешной!

Этот пальчик – указательный *Массируем указательный палец.*

Он солидный и внимательный.

Этот пальчик средний, *Отгибаем средний палец.*

Ни первый, ни последний.

Этот пальчик - безымянный. *Сгибаем безымянный палец, как будто он не хочет каши.*

Он не любит каши манной.

Самый маленький – мизинчик, *Оттопыриваем мизинец, будто он хочет убежать от остальных пальцев*

Любит бегать в магазинчик!

### ***Прыжки под считалки***

Встаем лицом к лицу ребёнка, возьмем его руки в свои и начнем приговаривать считалку – небыстро.

Две хлопушки, два хлопка.

Холмик, деревце, овраг.

Испугали хомяка.

Выходи скорей, хомяк!

Ребёнок должен почувствовать ритм считалки и начать на носочках легко в такт прыгать. Держа ребёнка за руки, помогите ему почувствовать ритм, слегка поднимая его руки и опуская их. Через некоторое время позвольте ребёнку прыгать в такт без поддержки. А затем привлечь других детей: встать в круг и попрыгать под одну общую считалку всем вместе.

### ***Топ-топ***

Сначала проиграть считалку со своим ребёнком. Затем организовать для игры несколько детей. Дети стоят в кругу. Начинаем вместе топать и хлопать под считалку:

Топ-топ, кто идет?

Топ-топ, мы идем.

Хлоп-хлоп, кто несет?

Хлоп-хлоп, мы несем.

### ***Колокольчик, позвони***

Подвешиваем колокольчик на расстоянии вытянутой руки ребёнка. Взрослый говорит, что колокольчик волшебный, его звон радует окружающих. Предлагает ребёнку дотянуться до колокольчика и позвонить в него. После освоения игры, привлекаем других детей. Выбираем активного ребёнка и, называя его по имени, предлагаем тоже позвонить. После того как ребёнок позвонил, хвалим его: какой ты молодец! Как высоко ты смог дотянуться! А теперь ... (выбираем ещё кого-нибудь) тоже позвонит. Спросите детей, как звенит колокольчик (динь-динь).

### ***Потанцуй со мной***

Сверху подвешиваем заводную погремушку («карусельку»). Заводя, предлагаем ребёнку потанцевать (покрутить кистью рук, присесть, покружиться – что сможет сделать ребёнок)- показываем, как это сделать. Под музыку «танцуем» вместе с ним. Когда игра освоена, вовлекаем других детей.

### *Дорожка для мяча*

На песке взрослый палочкой рисует дорожку. Предлагает прокатить по ней мячик. Показывает, как это сделать. После того как ребёнок прокатил мяч, хвалит (как ловко, какой ты молодец, прямо по дорожке...) и ловит его, посылая обратно и предлагая словить (а теперь я к тебе мячик отправлю по дорожке). После изучения игры со своим ребёнком, предлагает нескольким детям катать и ловить один или несколько мячей.

## *Песочная терапия*

«Игра с песком», «Песочные следы», «Найди игрушку в песке»

**Цель:** способствовать благоприятному течению адаптации с помощью песка.

**Материал:** песок, игрушки мелкие

Ход игры: воспитатель читает стихотворение:

*Что нужно для игры в песок?*

*А нужно в сущности так мало:*

*Любовь, желанье, доброта,*

*Чтоб вера в детство не пропала.*

*(Т.Грабенко)*

Затем предлагает детям разные манипуляции с песком: построить фигурки, сделать следы, отпечатки пальцев, кулачков, ладоней, поиграть пальцами по песку, найти игрушки в песке и т.д.



## 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 особенные привычки?

а) сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, другие

---

(указать)

б) нет особенных 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 очень сильная привязанность к кому-либо из взрослых?**

А) да

б) нет

**Большое спасибо!**

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Выделяют следующие степени адаптации:

**Легкая степень:** к 20-му дню пребывания в ДОО нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

**Средняя степень:** поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОО. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

**Тяжелая степень:** Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОО. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-ех раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

**Чтобы адаптация прошла наименее болезненно, родителям необходимо выполнять следующие рекомендации.**

Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад. Например: «Детский сад — это такой 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 кровати, маленькие раковины для умывания, 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, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, приготовить «радостную коробку», выучить имена воспитателей и выучить правила детского сада».

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

Подробно 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 его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда.

Вопросами такого рода вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

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 воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу: «Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать».

Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома. Например, вы — воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придется говорить, просит пить. Хорошо, если ребенок захочет быть мишкой или воспитателем в этой игре. Поддерживайте такие игры.

Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребенка и, уж точно, обрадуют других детей. Это могут быть коробочки, с вложенными в них забавными предметами; красивые бумажные салфетки или лоскутки приятной на ощупь ткани; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или бумажную собачку. За лето вы наполните коробку. Тогда осенью, по утрам, вам проще будет отправлять ребенка в сад — с игрушкой веселее идти, и проще завязать отношение с другим ребенком.

Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.

Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если

на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

Убедитесь в собственной уверенности, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом.

Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.

Совершенных людей нет. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.

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. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!»

Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те рекомендации, о которых вы забыли.

## **ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-САЙТЫ:**

1. Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой
2. Ладушки: Хрестоматия для детей от 2 до 4 лет. -М.: ОЛМА\_ПРЕСС Экслибрис, 2004. - 239 с.: ил. - (Ступеньки. Вып. 1)
3. Стихотворения и загадки: Для детей 3-4 лет. -М.: ОЛМА-ПРЕСС Экслибрис, 2005. -192 с.: ил. - (Ступеньки)
4. Успех. Игры, викторины и конкурсы: пособие для педагогов / [Н.В. Федина, О.Е. Веннецкая, Е.В. Вербовская и др.; науч. рук. ПМК «Успех» А.Г. Асмолов; рук. авт. коллектива ПМК «Успех» Н.В. Федина]. -М.: Просвещение, 2013. -127 с.
5. <http://numama.ru/zagadki-dlja-malenkih-detei/zagadki-o-zhivoi-prirode/zagadki-pro-cherepahu.html>
6. <http://detsad-kitty.ru/games/268-kartoteka-podvizhnyx-igr-dlya-vtoroj-mladshej.html>
7. <http://bambinella.ru/didakticheskie-igri-3.php>
8. <http://www.maaam.ru/>