

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад п.Известковый"**

Принято на заседании
педсовета от _____ 2018г.
протокол № ____

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
"Детский сад п.Известковая"

_____/_____/_____
Приказ № ____ от _____ 2018г.

Программа адаптации ребенка

**к дошкольному учреждению
МКДОУ "Детский сад п.Известковый"**

Составила:
воспитатель Лешан С.С.,
СЗД

2018г.

Содержание

Пояснительная записка	3
1. Возрастные проблемы и особенности адаптации ребенка в условиях ДОУ.	4
2. Этапы работы педагогов с детьми в период адаптации.	5
3. Этапы работы с родителями в период адаптации.	5
4. Проведение адаптационных мероприятий с учетом режима дня.	7
5. Примерный план работы с детьми в период адаптации.	8
6. План работы с родителями	9
Приложение 1. Карта готовности ребенка к поступлению в ДОУ.	
Приложение 2. Признаки психического напряжения у детей.	
Приложение 3. Игры с детьми во время адаптации.	
Приложение 4. Подвижные оздоровительные игры.	
Приложение 5. Зарядка в стихах.	
Приложение 6. Полезные забавы для самых маленьких	
Памятки для родителей: "Первый раз в детский сад" "Как нужно вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад" "Как не нужно вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад"	

Пояснительная записка

Детский сад – новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Часто случается, что для

многих родителей после того, как они отдали своего ребенка в сад, наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в сад, бесконечные болезни, невысказанные претензии и обиды в адрес воспитателей.

В период адаптации у ребёнка происходит перестройка ранее сформированных привычек и уклада жизни. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс, проявления которого у ребенка разнообразны: отказ от еды, сна, общения с окружающими, уход в себя, плач, болезни. Можно ли избежать этих неприятных переживаний? Как помочь семье справиться с новой ситуацией? За что несет ответственность коллектив детского сада, а за что отвечают родители?

Предлагаемая программа – адаптационная программа к условиям детского сада для детей 1,5-3 лет, учитываяшая психологические, физиологические и социальные особенности детей этого возраста, и представляющая собой модель взаимодействия детского сада и семьи в этот непростой для ребенка период.

Ведущей, наиболее привлекательной деятельностью в дошкольном возрасте является игра, поэтому предлагаемая программа строится на основе игровых упражнений, направленных, в первую очередь, на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Кроме того, психологическая готовность ребенка к детскому саду зависит и от психологической готовности родителей оставить своего ребенка на некоторое время в детском саду. Тревожные матери испытывают трудности с этим. Они настолько переживают, что с ребенком в саду что-то случится, а их не будет рядом, что «передают» свою тревожность и опасения ребенку, который, в свою очередь, никак не может привыкнуть к новой обстановке и новым условиям.

Поэтому помочь воспитателям деткам в 2-3-летнем возрасте заключается и в помощи их родителям. Важно научить родителей некоторым особенностям общения с ребенком, а также помочь разобраться в своих родительских чувствах по отношению к нему. Поэтому в программе разработаны специальные мероприятия консультативного характера, призванные расширить психолого-педагогические знания и опыт родителей.

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

Задача: разработать комплекс мер по повышению адаптационных возможностей детей дошкольного возраста.

Методы: наблюдение, информирование, анкетирование, опрос, беседа, консультация.

Социальная адаптация – постоянный процесс активного приспособления ребенка к условиям новой социальной среды.

1. Возрастные проблемы и особенности адаптации ребенка в условиях ДОУ.

Ребенок приходит в детский сад. Адаптация его к условиям детского сада протекает подчас очень болезненно. Происходит серьезная перестройка всех его представлений и отношений с окружающими людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена условий может сопровождаться переживаниями ребенка, снижением речевой активности, игровой активности и нередко оказывается на здоровье ребенка.

Проблема адаптации – это проблема в основном детей 3-го и 4-го года жизни, т. к. большинство детей приходят именно в этом возрасте. Чаще всего, проблемы адаптации, связаны с несоответствием особенностей новых требованиям характеристикам детей группы по разным показателям, например по опережению уровня развития познавательной сферы и отставанию в сформированности необходимых культурно-гигиенических навыков и наоборот. Имеют место ситуации длительной адаптации детей к детскому саду в силу несоответствия питания в ДУ особенностям домашней кухни семьи ребенка.

Необходимые условия для успешной адаптации:

- 1) Сотрудничество и координация усилий воспитателей и специалистов д/с.
- 2) Обеспечить возможность участия родителей в жизни ребенка в условиях новой среды.
- 3) Установить доверительный личностный контакт с каждым ребенком, проявляя индивидуальную заботу и, оказывая помочь.
- 4) Установить ритуалы ежедневной встречи и прощания с каждым ребенком.
- 5) В процессе общения способствовать объединению детей, закладывая традиции групповых взаимоотношений.
- 6) Систематически поддерживать интерес ребенка в деятельности, формировать уверенность в себе, развивать самостоятельность, инициативность.
- 7) Вести индивидуальный режим адаптации ребенка к условиям детского сада (индивидуальные наблюдения за степенью адаптации).
- 8) Согласованность действий родителей и педагогов, сближение подходов к детям в семье и в детском саду.
- 9) Создание для ребенка фона уверенности, обеспечивающего психологический комфорт: радость, забота, внимание, доброжелательность, чуткость.

- 10) Необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка.
- 11) Формировать у ребенка навыки адекватных форм общения со взрослыми и сверстниками.

2. Этапы работы педагогов с детьми в период адаптации.

Знакомство. Ребенок, поступающий в ДОУ, совместно с родителями знакомится с группой, условиями пребывания, педагогами. Мероприятия: игры, развлечения, ритуалы встреч, прощания, оздоровительные прогулки. Знакомство с детским садом, встречи с сотрудниками.

Индивидуальный режим. Для ребенка устанавливается первичный, индивидуальный режим посещения. Лучший вариант включения ребенка в группу детей – это дневная или вечерняя прогулка, где дошкольнику доступны условия игры и совместного общения. Первые несколько дней родителям рекомендовано забирать детей до сна, постепенно по мере социализации личности, время пребывания увеличивается.

Наблюдение за адаптацией ребенка и заполнение данных. Составление схемы индивидуальной психологической помощи. В группе пребывания детей 2 -3 лет педагогами заполняются адаптационные листы.

Степень адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в ДОУ 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 ДОУ. 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 ДОУ. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

По истечении периода адаптации на психолого-медицинско-педагогическом совещании ведется анализ степени адаптированности каждого ребенка.

3. Этапы работы с родителями в период адаптации.

1. Родительское собрание: «Будем знакомы».
2. Индивидуальные встречи со специалистами родителей и детей.
3. Анкетирование.
4. Заключение договоров.
5. Консультации.
7. Стендовая информация. Памятки.

Адаптационный период считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими;
- Играет

Проведение адаптационных мероприятий с учетом режима дня

утро	Утренний прием Зарядка Игры с элементами фольклора Развивающие игры Формирование культурно-гигиенических навыков (прием пищи, одевание, гигиенические процедуры) Завтрак Игры-занятия, игры-упражнения в подгруппе Игровые ситуации, общение Игры с водой и песком Подготовка к прогулке
прогулка	Наблюдения, Развлечения, подвижные игры Игры с песком Закаливание: воздушные, солнечные ванны
вечер	Художественно-творческая деятельность Полдник Игры-инсценировки Общение детей

Примерный план работы с детьми в период адаптации

месяц	Мероприятия, тема	Форма работы
сентябрь	Развитие эмоциональной сферы, коммуникация. Знакомство детей с детским садом и друг с другом	<p>Игры с воспитателем: «Давайте познакомимся», «Назови себя ласково», «Клубочек», «Доброе животное»</p> <p>Общение: ситуации «Игрушки, которые живут в нашей группе», «Покажем мишке уголок природы», «В какие игры можно играть в группе», «Как дети полюбили ходить в детский сад»</p> <p>Художественная литература: потешка для новичков «Кто из нас хороший?», стихи А. Барто, С.Я. Маршака и Е. Благининой.</p> <p>Элементы театрализованной деятельности: «Давайте познакомимся».</p>
	Развитие культурно нормированных действий	<p>Приучение детей к самообслуживанию: показывать, как правильно одеваться, причесываться, держать ложку или чашку, ходить на горшок – путем создания предметной развивающей среды. Соответствующие игры и занятия с разнообразными предметами и игрушками (вкладыши различной формы, кубики, пирамидки, матрешки, совочки и пр.).</p> <p>Игры-занятия «Уложим куклу Катю спать», «Оденем куклу на прогулку», «Научим куклу раздеваться»</p> <p>Разминка: «Где же наши ручки?», «Шаловливые ножки».</p>
	Снятия эмоционального напряжения в течение дня.	<p>Игры «Медвежонок в берлоге» (развитие дыхания); «Собери мячики» (развитие правильного речевого дыхания) - дети стоят на полу, наклоняясь, делают шумный вдох носом, на выдохе поднимают разбросанные мячики и складывают их в корзинку.</p>
октябрь	Развитие эмоциональной сферы, коммуникация.	<p>Игры «Давайте познакомимся», «Змейка», «Изобрази героя» (игра-имитация), «Наши герои», «Дождик и солнышко», «Мартышки», «Ладонь в ладонь», «Дотронься», беседа «Что такое хорошо и что такое плохо», ситуации «Попроси игрушку» и «Собачке грустно, у нее нет друзей».</p> <p>Художественная литература: рассказывание сказки «Колобок», потешка «Водичка</p>

		серебристая», «Петушок и его семья», рассказывание сказки «Рукавичка», инсценировка «Курочка Ряба», рассказывание сказки «Три медведя», песенка «Все игрушки хороши»
	Развитие культурно нормированных действий	Игры-занятия «Как мы гуляем», «Катя умывается», «Оденем Катю на прогулку», «Как мы помогаем маме», «Как правильно мыть ручки», «Научим Катю раздеваться», «Сделаем Кате комнату», «В гостях у мишкы: наводим порядок»
	Снятия эмоционального напряжения в течение дня.	Зарядка в стихах «Гномики». Разминка: «Где же наши ручки?», «Шаловливые ножки». «Велосипед» (укрепление мышц ног и брюшного пресса, ритмизация движений в соответствии со стихотворным текстом) – дети сидят на полу, опираясь спиной о стену, и делают движения под стихотворные строчки; Подвижные игры: «Мы топаем ногами», «Солнышко и дождик», «Карусель», «Гуси», «Поезд», «Пузырь», «Журавли – лягушки», «Догонялки», имитация движений животных Пальчиковые игры: «Наша семья», «На руках у нас 5 пальцев», «Зайчик», «Пальчики здороваются», «Мы считаем»
	Дидактические игры	«Узнай и назови зверей», «Поручения», «Разложи по цвету», «Что делаем сначала, что потом», «Где чей домик», «Что изменилось?», «Узнай по голосу», «Найди предмет по описанию», «Назови животное и как оно кричит», «Найди свою маму», «Кто чем питается»
декабрь	Развитие эмоциональной сферы, коммуникация.	Игры: «Зоопарк», «Назови друга ласково», «Добрая нежная рука», «Если «да» - похлопай, если «нет» - потопай», «Что подарить другу», «Я и моя мама», «Как мы веселимся», «Найди отличие», «Кто как ходит», «Играть нужно дружно». Художественная литература: рассказывание сказки К. Чуковского «Федорино горе», чтение стихотворения Е. Благининой «Научу обуваться и братца», С. Маршака «Мой веселый, звонкий мяч»
	Развитие культурно нормированных действий	Игры-занятия: «Накормим кукол обедом», «Расскажи, что видишь на картинке», «Накроем стол для гостей», ситуации «Маша хочет кушать, тарелка есть, а ложки нет» (предметы-

		заместители), игра-имитация «Медведь», инсценировка «День рождения Чебурашки»
	Снятия эмоционального напряжения в течение дня.	<p>Зарядка в стихах.</p> <p>Игры «Покачай игрушку на животике» (развитие дыхания, активизация процесса вдох-выдох) – дети лежат на спине, игрушки помещают на живот, на шумном вдохе поднимают игрушку животом, на произвольном выдохе опускают. «Вот как мы умеем!» (развитие общей подвижности) – дети лежат на животе, затем крадутся на четвереньках, как «разведчики», «плывут» в воде, «ныряют» в шарики и т.д.</p> <p>Подвижные игры: «Куры и петух», «Солнышко и дождик», «Птички летают»</p>
	Дидактические игры	«Что изменилось?», «Чудесный мешочек», «Найди предмет по описанию», «Сложи картинку», «Кто скорее соберет», «Узнай и назови», «Угадай, что звучит», «Чьи дети», «Кто позвал?»

Приложение 1

Карта готовности ребенка к поступлению в ДОУ

Фамилия, имя ребенка _____
возраст _____

ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЯМ	ПАРАМЕТРЫ	Баллы
1. Какое настроение преобладает у малыша?	Бодрое Раздражительное Подавленное	3 1 1
2. Как засыпает малыш?	Быстро (до 10 минут) Медленно Спокойно Неспокойно	3 2 3 2
3. Какова длительность сна?	10 час. 30 мин. ночной сон 2 часа 20 мин. дневной сон не соответствует возрасту	3 3 1
4. Каков аппетит у малыша?	Хороший Избирательный Плохой	3 3 1
5. Как относится малыш к высаживанию на горшок?	Положительно Отрицательно	3 1
6. Просится ли малыш на горшок?	Просится Не просится, но бывает сухой Не просится, ходит мокрый	3 2 1
7. Проявляет ли малыш интерес к игрушкам?	Проявляет Проявляет иногда Не проявляет	3 2 1
8. Проявляет ли малыш интерес к действиям взрослых?	Проявляет Проявляет иногда Не проявляет	3 2 1
9. Может ли малыш без посторонней помощи найти себе занятие?	Да Нет	3 1
10. Проявляет ли малыш инициативность во взаимоотношениях со взрослыми?	Вступает в контакт по собственной инициативе Сам не вступает в контакт	3 2
11. Проявляет ли малыш инициативность во взаимоотношениях с детьми?	Вступает в контакт по собственной инициативе Сам не вступает в контакт	3 2
12. Адекватен ли малыш к оценке своей деятельности взрослыми?	Да Не всегда Нет	3 2 1
13. Как была перенесена малышом разлука с близкими? (если был такой опыт)	Легко Тяжело	3 2
14. Имеет ли место чрезмерная привязанность к кому-либо из взрослых?	Да Нет	1 3

Прогноз адаптации:

Готов к поступлению в детский сад: 55 – 40 баллов

Условно готов: 39 – 24 балла

Не готов: 23 – 16 баллов

Приложение 2

Признаки психического напряжения у детей

Инструкция: Оцените наличие или отсутствие перечисленных признаков у Вашего ребенка по степени выраженности.

- 0 - нет
- 1 - немного
- 2 - средняя выраженность
- 3 - очень много

Фамилия, имя ребенка _____
возраст _____

№ п/п	Признаки психического напряжения	Интенсивность				Обстоятельства
		0	1	2	3	
1	Грызет ногти					
2	Сосет палец					
3	Отсутствует аппетит					
4	Разборчив в еде					
5	Засыпает с трудом					
6	Спит спокойно					
7	Плохо, неохотно встает					
8	Жалуется на головные боли					
9	Жалуется на боли в животе					
10	Часто бывает рвота					
11	Заикается					
12	Легко пугается					
13	Часто дрожит от возбуждения					
14	Часто плачет					
15	Часто моргает					
16	Дергает рукой, плечом					
17	Недержание мочи					
18	Недержание стула					
19	Бывают припадки злости					
20	Очень тревожен					
21	Старается быть всегда тихим					
22	Боится темноты					
23	Боится одиночества					
24	Боится животных. Каких?					
25	Боится чужих людей					
26	Боится шума					

Во избежание случаев травматизма.

необходимо проверить содержимое карманов одежды ребенка на наличие опасных предметов.

Категорически запрещается

приносить в д/с острые, режущие, стеклянные (ножницы, ножи, гвозди, кнопки, проволоку, флаконы), а также мелкие предметы (бусины, пуговицы и т.п.), таблетки.

- ❖ Не следует давать ребенку в д/с дорогие, и представляющие для Вас или для ребенка ценность вещи, игрушки т.к. они могут сломаться или потеряться.
- ❖ Не следует давать ребенку в д/с игрушки, провоцирующие агрессивные действия.

Помните, совершенных людей нет!

- ❖ Будьте снисходительны и терпимы к другим.
- ❖ Тревожащие Вас ситуации выясняйте в мягкой форме или через специалистов.
- ❖ Если Вам нужна помощь, специалисты детского сада ждут Вас!

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад п. Известковый"

ПЕРВЫЙ РАЗ В ДЕТСКИЙ САД



п.Известковый, 2018г.

Детский сад работает

5 дней в неделю
с 07.30 до 18.00

Выходными днями являются:

суббота, воскресенье и
общегосударственные
праздничные дни.

Прием детей

с 07.30 до 8.30.

Помните:

своевременный приход ребенка –
необходимое условие успешной
реализации воспитательно-
образовательного процесса.

О невозможности прихода ребенка в
детский сад по болезни или другой
уважительной причине необходимо
обязательно сообщить
до 8 часов утра.

Ребенок, не посещающий детский сад
более пяти дней (без учета выходных и
праздничных), должен иметь
справку от врача.

При снятии ребенка на время

Требования к внешнему виду и одежде детей:

- опрятный вид, застегнутая одежда и обувь;
- умытое лицо;
- чистый нос, уши, руки, подстриженные ногти;
- подстриженные и тщательно расчесанные волосы;
- чистое нижнее белье;
- наличие носовых платков.

**Для создания комфортных условий
пребывания ребенка в группе необходимы:**

- 1) комплекты сменного белья:
мальчикам
трусики, майки, шорты, колготки, рубашка;
девочкам
трусики, майки, колготки, платье;
- 2) запасные вещи на случай непогоды;
- 3) пакеты для хранения чистого и
использованного белья;

Белье, одежда и прочие вещи должны быть
промаркованы.

Перед тем, как привести ребенка в детский

сад, проверьте, соответствует ли его одежда

времени года и температуре воздуха.

Проследите, чтобы одежда не была
слишком велика, мала и не сковывала
движений; обувь – легкая, теплая,
подходящая по размеру.

Нежелательно ношение комбинезонов в
групповом помещении.

Носовой платок необходим как в
помещении, так и на прогулке.

отпуска, необходимо написать
заявление.

План работы с родителями

Направление работы	Содержание основной деятельности	срок
Консультация	«Ступени адаптации» «Игры в период адаптации»	октябрь
	«Одежда детей в осенний период»	ноябрь
	«Двигательная активность детей»	декабрь
	«Особенности развития речи ребенка»	январь
	«Детские капризы»	февраль
	«Методы закаливания»	март
Родительское собрание	«Организация работы в группе. Адаптация»	сентябрь
	По запросам родителей	В течение года