Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №11 Колокольчик»

Тутаевский муниципальный район

Подготовили воспитатели:

Вакатимова Л.А.

Зайцева Е.Ю.

г. Тутаев

2018 г.

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

**Задачи:**

* Познакомить родителей с условиями пребывания ребёнка в дошкольном учреждении;
* Дать представление родителям об адекватных формах взаимодействия с детьми в период адаптации;
* Способствовать сплочению родительского коллектива, формированию доверительных отношений между родителями и педагогами.

**План мероприятия:**

1. Беседа о психическом и физическом развитии ребёнка раннего возраста и особенностях его адаптации в детском саду.

2. Игровые упражнения на снятие психоэмоционального напряжения.

3. Просмотр презентации «Мы уже не плачем, мы уже большие».

**Материалы к мероприятию:** анкетирование родителей при поступлении в детский сад, реквизиты к играм для снятия психоэмоционального напряжения, дерево успеха, на каждого родителя по 2 яблока (красный и зелёный) – для рефлексии, клей, мультимедийная установка, ноутбук, экран, презентация «Мы уже не плачем, мы уже большие».

**Форма проведения:** круглый стол.

**Участники:** родители, воспитатели группы № 2.

**Место проведения:** физкультурный зал.

**Ход мероприятия:**

Восп.: Добрый вечер, уважаемые родители! В детском саду Вам и Вашим детям предстоит прожить долгие 5 лет. Станут ли эти годы для Вашего ребёнка, а значит и для вас счастливыми это во многом зависит от вас, от вашего участия в жизни группы. Во время нашей встречи хочется, что бы состоялось знакомство, которое позже надеюсь, перерастёт в дружеские отношения.

 Сегодня мы собрались, чтобы познакомится с вами, с правилами нашего учреждения, и обсудить проблему адаптации ребёнка к детскому саду.

Вот об этом мы с вами и поговорим!

 Наш детский сад называется «Колокольчик», поэтому мы будем знакомиться при помощи нашего символа. Берём в руки колокольчик и сообщаем, например, я. В.Л.А. и З.Е.Ю., воспитатели группы детей второго раннего возраста, заботливые. (Вы сообщаете, чья Вы мама или папа, моя семья (нужно прибавить одно прилагательное, характеризующее вашу семью*)*спортивная, разносторонне развитая и т.д.Таким образом, передаём колокольчик по кругу и знакомимся.

*Родители знакомятся друг с другом.*

Восп.: (Благодарность родителям)

***Спасибо Вам за помощь многократно,******Спасибо Вам за добрые дела,******Нам Вам сказать без памяти приятно******Большущей благодарности слова!******Пускай вернется в жизни к Вам, как эхо,******Добром глубоким дел всех Ваших суть,******Здоровья Вам и много-много смеха,******Пусть легок будет в Вашей жизни путь!***

*Воспитатели вручают благодарности родителям (ремонт группы, облагораживание участка)*

Восп.: (Адаптация ребёнка к условиям детского сада) Сегодня мы собрались, чтобы обсудить проблему адаптации ребёнка к детскому саду. Как у нас прошёл этот период. В процессе нашего с вами общения будут возникать различные вопросы. Пожалуйста, не стесняйтесь, спрашивайте. Мы с удовольствием на них ответим!

 При поступлении в ДОУ все дети проходят через адаптационный период. Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях:

1) физиологическом – ребёнок начинает часто болеть;

2) психологическом – ребёнок может капризничать, плохо есть и спать, он может быть агрессивным или подавленным, много плакать;

3) социальном – ребёнок «теряется» в окружающем мире, становится менее самостоятельным.

 Для всех семей острый период адаптации индивидуален. Он может иметь разную длительность:

* лёгкая – около месяца требуется ребёнку, чтобы приспособиться к новым условиям;
* средняя – ребёнок приспосабливается за два месяца;
* тяжёлая – ребёнок приспосабливается за три месяца;
* очень тяжёлая – около полугода и более.
* В некоторых случаях может произойти даже дезадаптация.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:

1. возраст,

2. состояние здоровья,

3. умение играть,

4. умение общаться со взрослыми и сверстниками,

5. одинаковый режим в датском саду и дома.

То есть если эти факторы нарушены, то у ребёнка начинается тяжёлая форма адаптации. Ну и конечно к тяжёлой адаптации ещё относится и вредные привычки детей – соски. От того насколько малыш подготовлен в семе к переходу в детский сад, зависят и течение адаптационного периода и его дальнейшее развитие. Эмоциональная привязанность к матери формируется с момента рождения и пронизывает всё раннее детство ребёнка. По мере взросления малыша она может несколько видоизменяться, в зависимости от расширения круга общения.

Существует определённая последовательность формирования психической автономности ребёнка от матери к условиям детского сада.

**1 этап – мы играем только вместе –** т. е. мама является проводником в неизвестное. На данном этапе ребёнок и мама – одно целое.

**2 этап – я играю сам, но ты будь рядом –** постепенно ребёнок начинает понимать, что новая обстановка не несёт никакой опасности. Новые игрушки вызывают интерес. В это время любознательность и активность ребёнка побуждают его ненадолго отвлечься от отсутствия мамы.

**3 этап – иди, я немного поиграю один –** здесь начинает проявляться самостоятельность ребёнка (т. е. он может играть сам без матери). И время пребывания в детском саду увеличивается.

**4 этап – мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя –** малыш легко ориентируется в группе, активно вступает во взаимодействие с педагогом, детьми, при необходимости обращаться за помощью. Именно этот этап является завершающим в процессе становления становления психологической автономности ребёнка.

(*Родители – о детях и о детском саде.*) Хочется услышать от вас короткий рассказ о том, что изменилось в вашем ребёнке. Какие вопросы у вас возникли после первых месяцев пребывания вашего ребёнка в детском саду? Поможет нам палочка-выручалочка.

*Родители по очереди, передавая палочку-выручалочку, высказываются. Подводится итог воспитателем по высказанному.*

Восп.: А сейчас мы с Вами попробуем проиграть в игры на снятие психоэмоционального напряжения, на создание положительного эмоционального фона (см. приложение). Проиграв в эти игры, Вы сможете сами организовать игру дома и научить играть своих домочадцев и знакомых, у которых есть дети.

*Проводятся несколько игр на снятие психоэмоционального напряжения.*

Восп.: Скорее всего, ваш ребёнок прекрасно справится с изменениями в жизни. И Ваша задача в это период – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

 После преодоления трудностей поведение ребёнка нормализуется, он вернёт себе утерянные в острый период достижения и начнёт демонстрировать новые знания и умения.

 А теперь настало время рассказать вам о наших детях. Чтобы было интересно, мы предлагаем посмотреть слайд-шоу «Мы уже не плачем, мы уже большие».

*Воспитатели показывают фильм на мультимедийной установке фотографии детей и коротко рассказывают: о характере, об интересных моментах и др.*

#### Вопс.: (Ответы на вопросы родителей) А сейчас мы с радостью ответим на Ваши вопросы.

#### *Родители задают вопросы, а воспитатели отвечают.*

#### Восп.: (Упражнение«Аплодисменты) Мы с вами сегодня хорошо поработали. И в завершении я предлагаю - посмотрите на свои ладони и представьте на одной УЛЫБКУ на другой РАДОСТЬ. И вот чтобы они не ушли от нас их надо крепко накрепко соединить в аплодисментах. Спасибо!

**Игры для снятия психоэмоционального напряжения.**

**Игра «Полянка настроения»**

***Цель:*** настрой на позитивное сотрудничество, создание положительного эмоционального фона, развитие воображения.

***Оборудование:*** плетеные салфетки, цветные ленточки, цветная проволока.

Используя плетеную салфетку, разноцветные ленточки, шнурочки, бумажные салфетки лепестки роз, мы создадим поляну настроения. Обычно ребенок видит дома следующую картину: мама моет посуду, варит кашу, а папа за компьютером или смотрит телевизор. Все взрослые заняты своими делами. И вдруг на глазах у ребенка и при его участии происходит превращение: вместо скучной серой салфетки появляется «красота». Помимо этого, продевания шнурка сквозь отверстие в салфетке способствует развитию мелкой моторики малыша — его пальчики становятся более ловкими, пробуждается творческое воображение.

**Игра «Легкое перышко»**

***Цель:*** развитие диафрагмального типа дыхания, стабилизация психоэмоционального состояния.

***Оборудование :*** перышко, ленточка, прозрачная коробочка**.**

Находясь в новой обстановке, ребенок испытывает различные ощущения. Природа подарила человеку возможность управлять своими эмоциями с помощью регуляции дыхания. В корзиночке есть два разноцветных пера, соединенных нитью, в прозрачной коробке-цветной шнур. Повесим ниточку с перьями на шнур, сделаем глубокий вдох и медленный выдох так, чтобы наши перья колыхались в воздухе. У вдоха и выдоха есть своя психофизиологическая роль. Вдох возбуждает, мобилизует, усиливает мышечное напряжение, выдох успокаивает, рассеивает отрицательные эмоции, способствует расслаблению мышц. Успокоительный эффект достигается за счет увеличения времени выдоха по отношению к времени вдоха и брюшного(диафрагмального)типа дыхания. Далее выполняем следующие движения.

*Упражнение «Дышим животиком»*

**(**упражнение выполняется лежа)

Бегемотики лежали,

Бегемотики дышали.

То животик поднимается (*вдох)*

То животик опускается (*выдох)*

Сели бегемотики.

Потрогали животики:

То животик поднимается (*вдох)*

то животик опускается (*выдох)*

 Работа диафрагмы должна восприниматься ребенком и зрительно, и тактильно. Положим на живот игрушку и посмотрим как она поднимается, когда мы делаем вдох, и опускается, когда мы делаем выдох.

Качаем рыбку на волне,

То вверх (*вдох)*

То вниз (*выдох)*

Плывет она по мне.

 Брюшное дыхание противострессовое, оно способствует уменьшению тревоги, возбуждения, вспышек отрицательных эмоций, повышает тонус блуждающего нерва (основного звена парасимпатической нервной системы), приводит к общему расслаблению. Срабатывает универсальный защитный механизм, заложенный природой в нашей нервной системе: замедление ритма различных физиологических и психических процессов способствует достижению более спокойного и уравновешенного состояния. Такое дыхание поможет ребенку быстрее уснуть после разнообразных ярких впечатлений, полученных в течении дня.

**Упражнение «Бабочки на весеннем лугу»**

***Цель:*** регуляция процессов возбуждения и торможения, снижение уровня тревожности, развитие пластики движений.

***Оборудование:*** цветные платочки из прозрачной ткани.

 *Взрослый: «*А сейчас мы поиграем в прятки, не в простые- а прозрачные. Эту игру любят абсолютно все дети». Ничто не может сравниться с радостью, испытываемой ребенком, когда он обнаруживает любимого родителя, вытянувшегося по струнке за занавеской или в платяном шкафу. Кстати ,эта любовь не случайна. Прятки помогают справиться со страхом темноты и замкнутого пространства, с чувством одиночества(его в какой то момент испытывает каждый ребенок, а во время игры он должен некоторое время провести абсолютно один, да и еще в тайном укромном месте). Итак, накинув прозрачный платок на лицо, ребенок все видит, но при этом он спрятался! Радость движения будет ярче, если платки превратятся в крылья бабочек:

Мы бабочки весенние, на листиках сидели

(*ребенок присел на корточки)*

Ветер дунул, полетели

(*встает, бегает по комнате, расставив руки в стороны)*

Мы летели и летели

И на землю тихо сели.

(*садится на корточки, замирает)*

Ветер снова побежал

Высоко он нас поднял

(*встает, поднимает руки вверх)*

Он вертел нас и кружил

И на землю опустил.

(*кружится по комнате, затем ложится на пол и замирает)*

**Игра «Храбрые лягушата»**

***Цель:*** снятие психоэмоционального напряжения, обучение приемлемому способу выражения негативных эмоций, агрессивных импульсов, развитие координации движений.

***Оборудование:*** бумага в рулоне, корзина.

Особое значение для малыша имеют значение подвижные игры. С момента рождения ребенок стремится к движению. Он познает мир ползая, лазая, карабкаясь, бегая. Через подвижные игры он учиться владеть своим телом, его движения становятся красивыми и уверенными. А в момент физического и эмоционального напряжения эти игры помогут «выплеснуть» негативную энергию приемлемым способом. Наверняка малышам понравится игра-превращение в храбрых лягушат.

*Взрослый: «*Жили-были в тихом пруду с красивыми кувшинками молодые лягушата. У каждого из них был свой любимый листик, на котором лягушонок сидел, грелся на солнышке и, конечно, разговаривал. А как лягушки разговаривают....Правильно, ква-ква-ква...И вот однажды прилетела большая птица, которая искала себе сытный обед. Заметив лягушат, она решила полакомиться ими, но они были умными: скомкали свои листочки и стали бросать их в птицу. Птица испугалась и улетела. С тех пор лягушата ничего не боятся.

А если взять лист бумаги, разорвать его на мелкие кусочки и на счет 1-2-3-4 подбросить вверх, то получится веселый салют. Результат салюта собираем в корзину, приговаривая: «Собираем мы листочки быстро-быстро, чисто-чисто». В этой игре в буквальном смысле выплескивается эмоции. В человеческом организме самой природой заложена возможность саморегуляции: когда на смену реакции напряжения (стрессу) приходит расслабление, покой, отдых. И, конечно, подвижная игра-это источник радости и одно из лучших средство общения взрослого с ребенком.

**Игра «Дом счастливого ребенка»**

***Цель:*** повышение ответственности родителей за изменение социальной роли ребенка, побуждение к рефлексии позитивных родительских чувств.

***Оборудование:*** игровой материал.

*Педагог:*Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был счастлив, а счастье-это когда рядом мама и папа, у них хорошее настроение, когда есть любимые и интересные игрушки, есть место для всех- «счастливый дом». Давайте попробуем построить «Дом счастливого ребенка». У нас есть полянка, игрушки: мебель, животные, куклы, машинки, конструктор. Можно использовать все, что находится в этой комнате. Удовольствие, с которым вы сегодня играли, важно « не расплескать» и передать его своим детям. Человек так устроен, что привязанности, особенно между детьми и родителями, «питаются» позитивными эмоциями.