Аннотация.

Занятия с элементами тренинга с родителями и детьми во второй младшей группе в период адаптации к условиям детского сада.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Каждая мама и каждый папа хотят, чтобы этот процесс прошел без особых трудностей. Для того, чтобы у детей и их родителей адаптация к дошкольному учреждению проходила легче, целесообразно проводить для них занятия с элементами тренинга.

Содержание.

Концептуальной основой тренинга является идея сотрудничества взрослого с ребенком, поэтому основные цели:

* Создание условий для благополучного включения ребенка в новую социальную среду.
* Содействие формированию эффективной родительской позиции в период адаптации.

Задачи:

1. Способствовать созданию положительного эмоционального фона и помогать преодолевать нарушения в эмоционально-волевой сфере.
2. Способствовать снижению тревожности как у детей, так и у родителей.
3. Развивать общую и мелкую моторику, координацию движений у детей.
4. Познакомить родителей с детским садом.

Идеей проведения таких тренингов является то, что в результате совместного взаимодействия дети быстрее и легче адаптируются к дошкольному образовательному учреждению. Снижается эмоциональное напряжение и тревожность родителей по поводу пребывания ребенка в группе детского сада. Повышается компетентность родителей в организации общения с ребенком в период адаптации.

Тренинг проводится во второй половине дня, с последующим, плавным уходом детей домой. Я бы не рекомендовала, такие совместные мероприятия проводить в утренние часы – последующее расставание с родителями не будет решать поставленных задач.

Организационный момент

Воспитатель: Ребята, сегодня к нам пришли гости! Давайте посмотрим, кто к нам пришел? *(входят родители, находят своего ребенка и садятся вместе на ковер)*

Воспитатель: Ребята, кто к нам пришли? А как твою маму зовут? А твоего папу?

Основная часть

Воспитатель: Ребята, вы уже ходите в садик и знаете, чем тут занимаются детки, а ваши папы и мамы не знают. А давайте мы им сегодня покажем, что тут интересного происходит? Что мы делаем в детском саду? *(играем, песенки поем, слушаем сказки, рисуем, лепим, кушаем и.п.)*

Воспитатель: Отлично! А давайте вместе с родителями споем песенку про жирафов? *(Железнова Е.С.)*  
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
У жирафов пятна, пятна, пятна, пятнышки везде.  
*(Хлопаем по всему телу ладонями.)*   
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носах, на животах, на коленях и носках.  
*(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.)*У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.  
У слонов есть складки, складки, складки, складочки везде.  
*(Щипаем себя, как бы собирая складки.)*  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носах, на животах, на коленях и носках.  
*(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.)*У котяток шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде.У котяток шёрстка, шёрстка, шёрстка, шёрсточка везде*.(Поглаживаем себя, как бы разглаживаем шерстку)*На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носах, на животах, на коленях и носках.  
*(Обоими указательными пальцами дотрагиваемся до соответствующих частей тела.)*  
А у зебры есть полоски, есть полосочки везде.  
А у зебры есть полоски, есть полосочки везде.  
*(Проводим ребрами ладони по телу (рисуем полосочки*))  
На лбу, ушах, на шее, на локтях,  
На носах, на животах, на коленях и носках.

Воспитатель: Какие молодцы! Вы же еще говорили, что мы еще и сказки слушаем? А сегодня сказка будет непростая, а с секретом! Мне очень хочется узнать этот секрет, а вам? Садимся поудобней и слушаем.

*(чтение сказки Одри Пенн «Поцелуй в ладошке», просмотр иллюстраций в книге)*

Маленький енотик Честер стоял на опушке леса и плакал. “Я не хочу идти в садик!”- говорил енотик своей маме. “Я хочу остаться здесь, с тобой. Я хочу играть со своими друзьями, и в игрушки. Еще я хочу читать книжки, и качаться на качелях. Пожалуйста, мама, можно я останусь дома, с тобой? ”  
Мама Енотиха взяла Честера за лапку и прижалась к его уху, ласково шепча:  
“Иногда нам всем приходится делать вещи, которые нам не нравятся”  
“Сначала все может показаться непонятным и даже страшным. Но ты полюбишь садик после первого же дня там . Ты встретишь новых друзей и будешь играть с новыми игрушками. Ты прочтешь новые книжки и покатаешься на новых качелях. А еще, – добавила она.- есть замечательный секрет который сделает твои вечера в садике такими же теплыми и уютными, как твои дни дома.”  
Честер вытер свои слёзки и посмотрел на маму любопытными глазами. “Секрет? Какой секрет? ”  
“Это очень древний секрет -сказала Мама Енотиха. Его мне рассказала мама, а ей рассказала её мама. Он называется Поцелуй в ладошке. ”  
” Поцелуй в ладошке? -спросил Честер. Что это такое? ”  
“Я покажу тебе.” Мама Енотиха взяла левую лапку Честера и раскрыла его маленькие пальчики. Наклонившись, она поцеловала Честера прямо в самую середину его маленькой ладошки. Честер почувствовал, как мамин поцелуй прошел по его лапке, прямо до его сердца. Даже его бархатистая черная мордочка была полностью пронизана этой невероятной теплотой.  
Мама Енотиха улыбнулась. “Теперь- сказала она Честеру, когда ты почувствуешь себя одиноко и тебе захочется немного домашней теплоты, просто приложи ладонь к щеке и думай: Мамочка любит тебя. Мамочка любит тебя.” “И мой поцелуй придет к тебе, и принесет за собой хорошие мысли.” Мама взяла маленького Честера за руку, и аккуратно свернула его пальчики, закрыв теплую ладошку. “Теперь будь осторожен, и постарайся не потерять это – сказала она, подшучивая над сыном. Не беспокойся, если ты раскроешь ладонь и захочешь помыть руки перед едой, сила поцелуя никуда не исчезнет.”  
Честеру нравился его секретный Поцелуй от мамы. Теперь он знал, что мамина любовь будет с ним всегда и везде, даже в садике. Тем вечером, Честер задумчиво смотрел в сторону его детского сада. Внезапно, он улыбнулся и повернулся к маме и сказал: «Дай мне свою руку.»  
Честер взял большую руку Мамы Енотихи и широко раскрыл ее длинные, родные пальцы. Он наклонился и поцеловал ладонь мамы. “Теперь у тебя тоже есть секретный Поцелуй- сказал маленький енот. Я люблю тебя”, сказал Честер, ласково попрощался с мамой, и ушел, пританцовывая.  
Мама Енотиха наблюдала за Честером, который ловко бежал мимо веток деревьев и уже успел войти в садик. И как только уханье совы напоминало о начале учебного года, она приложила свою левую лапу к щеке и улыбнулась.  
Теплота от поцелуя Честера наполнила ее сердце красивой музыкой. “Честер любит тебя” напевала она. “Честер любит тебя”.

Воспитатель:

Понравилась вам сказка?

А про кого сказка?

А почему Енотик не хотел ходить в садик?

А какой секрет рассказала мама Енотику?(покажите)

Но теперь этот секрет знает не только Енотик и его мама, но и мы тоже и можем им пользоваться каждое утро!

Воспитатель: А еще, я открою вам второй секрет, ладошками можно рисовать! Вы же говорили, что мы в саду рисуем. Рисунок из отпечатков ладошки – это всегда очень удивительное и интересное зрелище. И детям, и взрослым, очень нравится наблюдать за тем, в какие немыслимые образы порой превращаются привычные для нас очертания детских рук. Давайте и мы пофантазируем! (*Дети с родителями проходят за столы*)

По мере постепенного выполнения работ и гигиенических процедур предлагается организовать выставку рисунков и самостоятельная игровая деятельность детей и родителей.

Рефлексия:

- Что нового родители узнали о детях, о детском саде?

- Что понравилось в нашей встрече?

-Что не понравилось?

Воспитатель: А на прощание, я хочу вам предложить поиграть! Мы же в детском саду очень много играем! (*Дети и взрослые стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.*)

– Как живешь?

– Вот так! *(Показывают большие пальцы.)*

– А плывешь?

– Вот так! *(Имитируют плавание.)*

– Как бежишь?

– Вот так! *(Бег на месте.)*

– Вдаль глядишь?

– Вот так! *(Приставляют к глазам пальцы «биноклем».)*

– Ждешь обед?

– Вот так! *(Подпирают щеку кулачком.)*

– Машешь вслед?

– Вот так! *(Машут руками.)*

– Утром спишь?

– Вот так! *(Кладут обе руки под щеку.)*

– А шалишь?

– Вот так! ( *Хлопают себя по надутым щекам.)*

Всем спасибо за участие!

В своей работе, я часто использую тренинги, так как именно через такую форму деятельности можно применить полученные знания на практике. В большинстве своем игры тренинга общения являются моделями жизненных ситуаций.

Методы работы, используемые в этом тренинге: игровая терапия, телесно-ориентированная терапия, арт-терапия.

В результате совместного взаимодействия, дети быстрее и легче адаптируются к дошкольному образовательному учреждению. Снижается эмоциональное напряжение и тревожность родителей по поводу пребывания ребенка в группе детского сада. Повышается компетентность родителей в организации общения с ребенком в период адаптации.

Тренинг проводится в групповой комнате детского сада, в зоне комфорта участников. Тренинги – это обучающие мероприятия, направленные на развитие каких-либо умений и навыков. От эффективности тренинга будет зависеть его успех у слушателей. Чтобы создать по-настоящему качественный тренинг, педагогу надо основательно подготовиться. В идеальном варианте в этот проект подключается и психолог детского сада.

Оснащение: групповой ковер, интерактивная доска для трансляции песенки Е.С.Железновой «У жирафов», книга Одри Пенна «Поцелуй в ладошке», листы для рисования, краски, влажные салфетки.

С родителями заранее проводится консультация «Адаптация ребенка к дошкольному учреждению» (см. дополнения), индивидуальные беседы по данной тематике.

Перед проведением тренинга уточняется присутствие родителей всех деток, да бы исключить риск такого момента, что ребенок на время мероприятия будет без родителя.

Литературные источники.

1. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Сост. Н.В. Соколовская. - Волгоград: Учитель, 2008. - 188 с.
2. Айсина Р., Дедкова В., Хачатурова Е. Социализация и адаптация детей раннего возраста // Ребенок в детском саду. - 2003. - №5. - С.49-53.
3. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. - 1989. - №1. - С.57-64.
4. Белкина В.Н., Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. - Воронеж: Учитель, 2006. - 236 с.
5. Давыдова О.И., Майер А.А. Адаптационные группы в ДОУ: Методическое пособие. - М.: ТЦ «Сфера», 2006. - 128 с.
6. Жердева Е.В. Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня). - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 192 с.
7. Заводчикова О.Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие ДОУ и семьи. - М.: Просвещение, 2007. - 79 с.
8. Костина В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста / Дошкольное воспитание. - 2006. - №1 - С.34-37.
9. Одри Пенн Поцелуй в ладошке.-СПб «Качели», 2018.
10. Остроухова А. Успешная адаптация // Обруч. - 2000. - №3. - С.16-18.
11. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации // Дошкольное воспитание. - 2003. - №2. - С.14-16.
12. Роньжина А.С. Занятия с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: книголюб, 2003. - 72с.
13. Самарина Л.В., Холопова В.А. Открой новый мир. Программа адаптации детей раннего возраста к детскому саду. Сборник: воспитание детей раннего возраста в условиях детского сада. - СПб., 2003. - 221с.
14. Смирнова Е.О. Социализация детей раннего возраста. Сборник: Воспитание детей раннего возраста в условиях детского сада. - СПб., 2003. - 221с.
15. Теплюк С. Улыбка малыша в период адаптации // Дошкольное воспитание. - 2006. - №4. - С.46-51.
16. <https://translationasexercise.wordpress.com/2016/04/13/одри-пенн-поцелуй-в-ладошке/>

*Памятка для родителей*

«Адаптация ребенка к дошкольному учреждению»

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

* Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
* Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
* Будьте терпеливы.
* Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
* Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
* Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
* Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
* Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения.
* Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?». На вопрос: «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастет.
* Каждый день читайте малышу.
* Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
* Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте…
* Поощряйте любопытство.
* Не скупитесь на похвалу.

*Радуйтесь вашему малышу!*