

### **ИГРА С ПАЛЬЧИКАМИ**

*Игра способствует снятию отрицательного эмоционального состояния в парном взаимодействии «взрослый-ребенок»*

Этот пальчик – папочка,  
Этот пальчик – мамочка,  
Этот пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Этот пальчик – я,  
Вот и вся моя семья!

### **ИГРА «КОЛЮЧИЙ ЁЖИК»**

*Игра развивает мелкую моторику и координацию движений, стимулирует речевую активность*

*Оборудование: массажные мячики.*

- ✚ Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру.
- ✚ Действия сопровождайте стихами:  
«Дай ладошечку, моя крошечка,  
Я поглажу тебя по ладошечке.  
Ходит-бродит вдоль дорожек  
Весь в колючках серый ёжик,  
Ищет ягодки-грибочки  
Для сыночка и для дочки»

### **СКАЗКОТЕРАПИЯ**

*Разрешает проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада*

- ✚ «Сказка про то, как Мурзик пошёл в детский сад»  
(М. Панфилова, М. Самченко)
- ✚ «Как медвежонок Топа пошел в лесной детский сад»  
(С. Кирсанова)
- ✚ «Как Оранжевый Слоненок в детский сад ходил»  
(Ю. Рябко-Гузенко)

**ИГРАЙТЕ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ !**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования г. Краснодар  
«Центр развития ребёнка – детский сад № 217 «Светлана»  
350080 г. Краснодар, ул. им. Тюляева, 14  
email: [moyds217@mail.ru](mailto:moyds217@mail.ru) тел/факс: 8/861/236-38-01



### **Психолого-педагогическая помощь семье в период адаптации**



Педагог-психолог  
Казьмина Л.А.

2023

## ПРИЁМЫ, ОБЛЕГЧАЮЩИЕ УТРЕННИЕ РАССТАВАНИЯ

- ✚ Научитесь прощаться с ребенком быстро. Не затягивайте расставание. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться.
- ✚ Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
- ✚ Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещицу, которая будет напоминать о вас и о том, как сильно вы его любите.
- ✚ Не пытайтесь подкупить ребёнка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку.
- ✚ Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, целуйте ребёнка в щёчку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.
- ✚ Приготовьте «приданное» для ребёнка, чтобы он комфортно чувствовал себя первое время в детском саду: любимую игрушку, с которой он не расставался дома.

*Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и семейные планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться под особенности адаптации своего малыша.*



**И самое главное: ваше спокойное, доброжелательное настроение основа того, что вы сможете облегчить ребенку этот период жизни – период адаптации к детскому саду.**

## Психологическая характеристика процесса адаптации ребенка

- ✚ Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в изменяющихся условиях и сохранение своего психофизического благополучия.  
*Все адаптационные возможности и адаптационные изменения необходимо рассматривать на трех уровнях:*
- ❖ **психофизиологическом:** изменение деятельности функциональных систем организма, направленное на приспособление к новым условиям внешней среды;
- ❖ **индивидуально-психологическом:** перестройка динамического стереотипа в соответствии с новыми требованиями окружающей обстановки;
- ❖ **социально-психологическом:** адаптация предполагает установление оптимального взаимодействия личности и коллектива, усвоение норм и традиций группы, овладение новыми средствами и новым образом действия; вхождение в ролевую структуру группы.

### Рекомендации родителям

- ✚ Следует обратить внимание на домашний режим бодрствования, питания и сна ребёнка и постепенно приблизить его к тому режиму, который будет в детском саду.
- ✚ Постепенно приучайте ребёнка к самостоятельности и доступному его возраста самообслуживанию. Подробно расскажите: что, как и в какой последовательности, он будет делать в детском саду.
- ✚ Легче адаптируются дети, которые умеют длительно, разнообразно и заинтересовано действовать с игрушками.
- ✚ Постепенно формируйте навыки общения ребёнка со сверстниками: привлекайте к совместной деятельности с другими детьми.

--	--

