

КУ «Центр професійного розвитку
педагогічних працівників»

*Проект з адаптації дітей раннього віку
до умов ЗДО*

**«Я в садочку
разом з мамою»**
(з досвіду роботи практичного психолога)

2022 р

Проект з адаптації дітей раннього віку «Я в садочку разом з мамою» (з досвіду роботи практичного психолога).
Первомайськ, 2022.– 103 с.

Відповідальні за випуск:

Остапенко Г.Ф., начальник управління освіти
Первомайської міської ради

Рябикіна А.В., директор КУ «ЦПРПП» Первомайської
міської ради

Автор та укладач:

Коноваленко Н.І., практичний психолог ДНЗ-ЦРД

Рецензент:

Олійникова Н.Д., консультант КУ «ЦПРПП»

Комп'ютерна верстка, дизайн, друк: Беліч С.В.

Методичний посібник містить опис досвіду роботи практичного психолога щодо використання проєктної технології для ефективної адаптації дітей раннього віку та їх батьків до умов ЗДО.

Рекомендовано для практичних психологів, педагогів ЗДО.

Проект з адаптації дітей раннього віку до умов ЗДО
«Я в садочку разом з мамою»
(з досвіду роботи практичного психолога)

ЗМІСТ

Вступ	5
Трішки про проєкт	7
Додатки	
Ігрові заняття для дітей:	
Вступне слово психолога до батьків.....	15
Розробка заняття «Нумо, познайомимося!»	16
Розробка заняття «Веселі малята».....	18
Розробка заняття «Пограймося разом».....	21
Розробка заняття «Здрастуйте, я – Сонечко»	25
Заняття з батьками:	
Заняття «У дитячий садок із радістю».....	28
Заняття для батьків та вихователів «Адаптація дітей до умов дошкільного закладу».....	34

Заняття «Психологічна безпека особистості. Таємниці адаптації».....	42
Інтерактивне заняття «Криза 3-х років».....	45

Консультації для вихователів:

«Адаптація дітей раннього віку до умов ДНЗ»....	60
«Нові підходи до адаптації дітей раннього віку».	63
Використані джерела.....	71

ВСТУП

Сучасні наукові уявлення про унікальність перших років життя дитини, залежність її розвитку в цей період від соціальних умов навколишнього середовища надають педагогіці раннього дитинства особливого значення.

Дошкільний заклад є одним з визначальних соціальних чинників у становленні особистості дитини. Вступ до закладу дошкільної освіти – відповідальний період у житті дошкільника, іспит для його психіки, здоров'я. Тривожний стан та емоційне напруження роблять проблему адаптації дитини до умов закладу дошкільної освіти особливо актуальною. Ігнорування проблем адаптації може призвести до труднощів у їх подальшому житті дитини та спілкуванні з навколишнім. Адаптивні можливості дитини раннього дошкільного віку обмежені, тому різкий перехід малюка в нову соціальну ситуацію і тривале перебування в стресовому стані можуть призвести до 63 емоційних порушень або уповільнення темпу психофізичного розвитку.

Результати численних досліджень засвідчили, що за умов адекватного спілкування дитини з дорослими і забезпечення сприятливих умов для її успішного розвитку, саме в ранньому віці закладаються найважливіші особистісні якості людини, зокрема довіра до людей, допитливість, впевненість у собі, наполегливість, а також розвиваються її здібності. У цей період малюк відкриває для себе навколишній світ, виокремлюючи в ньому світ людей та природи. У ранньому віці малюк долучається до світу музики, фізичної культури.

Психологи наголошують на широких розвивальних можливостях для формування особистості дітей у перші роки життя і стверджують, що саме від того, наскільки повно були реалізовані ці можливості, залежить, зокрема, характер людини.

Перебіг процесу адаптації у дітей різний. Встановлено, що характер процесу звикання до нових умов значною мірою залежить від особливостей виховання дитини у сім'ї до моменту її вступу до закладу дошкільної освіти. Серед факторів, що негативно впливають на перебіг періоду адаптації, необхідно виділити недостатню обізнаність батьків, відсутність знань методів роботи з дітьми, що спрямовані на підготовку малюків до нових соціальних умов. Проаналізувавши напрацювання провідних науковців та врахувавши низку специфічних вікових особливостей малюків, на базі нашого

закладу – центру розвитку дитини – ми розробили власний проєкт адаптації дітей раннього віку «Я в садочку разом з мамою». Він спрямований на адаптацію дитини раннього віку до умов дошкільного навчального закладу, а також соціалізацію малюків у групі короткочасного перебування, яку вони відвідують разом з мамою чи батьком.

Трішки про проєкт «Я в садочку разом з мамою»

Однією із традиційних проблем, якою опікуються психологи закладів дошкільної освіти є адаптація новоприбулих дітей до умов ЗДО. Як правило, це стосується дітей раннього або молодшого дошкільного віку. Того періоду, коли розставання із мамою для малюків є досить болючою процедурою. Варто взяти до уваги й те, що навіть незначні зміни умов життя маленької дитини викликають порушення її емоційного стану, сну, апетиту тощо, а емоційні негаразди можуть залишити відбиток на психіці на все життя. Отже, створення умов для успішної адаптації є досить серйозною проблемою. Саме тому організацію ефективного психологічного супроводу періоду адаптації я вважаю надважливою задачею для себе.

Проєкт з адаптації дітей раннього віку до умов дитячого садка спрямований на збереження і зміцнення фізичного та психологічного розвитку дітей дошкільного віку. В результаті здійснення проєкту задіяні практичний психолог, вихователі

групи, батьки, що сприятиме їх згуртування. І одне з головних напрямків проєкту, допомога дітям в проходженні досить складного періоду життя по пристосуванню до нових умов життєдіяльності.

Адаптація дітей до дошкільного закладу завжди була й лишається надзвичайно складним і важливим періодом для дітей. Над цим питанням у нашому дитячому садку триває кропітка робота зі сторони практичного психолога і педагогів закладу. Дитина йде до дитячого садочка...Напевно, немає батьків, які б не хотіли, щоб цей етап пройшов легко, спокійно, щоб малюк з задоволенням і без криків відразу ж пішов до дитсадка. Але так буває досить рідко. Частіше діти перших кілька днів чи тижнів плачуть, не хочуть відпускати маму. І в цьому немає нічого незвичного. І головне завдання пом'якшити його настільки, що він пройшов непомітно і без неприємних наслідків. Основне завдання тут - не просто проінформувати батьків про особливості перебігу періоду адаптації у їх дитини, а надати рекомендації, як зробити адаптаційний період максимально комфортним, що говорити малюкові, як реагувати на скарги чи істерики.

Розуміючи вагомість ролі батьків у формуванні позитивного ставлення дошкільнят до садочка, у нашому закладі із 2018/2019 навчального року започатковано інноваційний проєкт переддошкільної освіти «Я в садочку разом з мамою».

Його мета - покращення адаптаційного періоду майбутніх вихованців, запобігання дезадаптації в перші дні відвідування закладу та встановлення партнерських відносин з їхніми батьками. Цим визначаються основні завдання, які вирішуються проєктом:

- подолання стресових станів у дітей раннього і молодшого віку в період адаптації до дошкільного закладу;

- формування активної позиції батьків по відношенню до процесу адаптації дітей.

Паралельно з вирішенням основних завдань вирішуються завдання комплексного розвитку дітей:

- зняття емоційної та м'язової напруги;
- зниження імпульсивності, надмірної рухової активності, тривоги, агресії;
- розвиток навичок взаємодії дітей один з одним;
- розвиток уваги, сприйняття, мовлення, уяви;
- розвиток почуття ритму, загальної дрібної моторики, координації рухів;
- розвиток ігрових навичок, довільної поведінки.

У чому ж суть проєкту й яка роль відведена саме психологу?

Суть проєкту в тому, що малюки із своїми мамами і татами двічі на тиждень тривалістю однієї зустрічі 35 хвилин (не включаючи вільну гру), протягом 3-х місяців відвідували вже існуючу групу дитячого садка. Ці незвичайні дні батьки змогли прожити разом з дитиною. Це відбувалося у формі

короткотривалих зустрічей, під час яких мами і діти мали можливість разом гратися і займатися в групі, спілкуватися із вихователями та практичним психологом.

За цей період моїм завданням було допомогти батькам усвідомити майбутні зміни, необхідність турботи про емоційний стан дітей. Дорослі повинні були зрозуміти, що малюк почуватиметься впевнено, якщо він має сформовані відповідно віку навички самообслуговування, культурно-гігієнічні навички, уміє спілкуватися.

Під час першої зустрічі було важливо створити попереднє позитивне враження малюків і їх батьків про дитячий садок, про людей, які працюють в ньому, про інших дітей, та переконалася, що це допоможе адаптуватися малюкам набагато легше. Далі разом з батьками обирали зручний час для зустрічей, як для батьків так і для себе, тематики консультацій.

Під час цих зустрічей з дітками проводились ігрові заняття. В ході яких враховувались такі моменти:

- як поведяться діти в присутності незнайомих дорослих (боязко, впевнено, зацікавлено, байдуже);
- загальний стиль поведінки дітей (спокійні, врівноважені, інертні, надмірно енергійні);
- зацікавленість обстановкою, іграшками, іграми;

- характер спілкування батьків з дітьми (говорять лагідно, з повагою, з окриком, роздратовано, з погрозою);
- як діти реагують на звернення і прохання батьків (слухаються, вередують, ігнорують).

Після занять спілкувалася з батьками, надавала рекомендації, поради.

По завершенню проєкта було проведено інтерактивне заняття «У дитячий садок із радістю». Під час заходу були підведені підсумки спільної діяльності сім'ї і ДНЗ щодо адаптації малюків до умов ДНЗ, спланований подальший план роботи щодо підвищення психологічної компетентності батьків, підтримки ефективних батьківсько-дитячих взаємин, налагодження співпраці батьків та закладу освіти.

Етапи проєкту:

1. Організаційний етап:

- підбір методичної, художньої літератури, ілюстраційних матеріалів, дидактичних ігор;
- розробка конспектів адаптаційних занять, спільних заходів з батьками та консультацій для батьків;
- поповнення предметно-розвивального середовища груп молодшого віку;

- розробка інформаційного матеріалу для батьківського куточка про проведення проекту «Я в садочку рапзом з мамою»;
- розробка анкет для батьків.

2. Основний етап:

- реалізація проекту.

3. Підсумковий етап:

- аналіз проведеної роботи;
- діагностика адаптації дітей до умов ДНЗ;
- презентація проекту для педагогів і батьків.

Очікувані результати:

- забезпечення якісного адаптаційного періоду для дітей 2 – 3 років;
- зниження захворюваності у дітей в період адаптації до дитячого садка;
- підвищення психолого-педагогічної компетенції батьків у питаннях виховання, навчання і розвитку дітей раннього віку в період адаптації;
- становлення партнерських, довірчих відносин між ДНЗ та сім'ями майбутніх вихованців;
- створення відкритої системи взаємодії учасників освітнього процесу в ЗДО.

ВИСНОВОК

Основною складовою успішної адаптації і є забезпечення своєчасної психологічної підготовки батьків та дітей ще до моменту відвідування дитячого закладу.

Слід відмітити, що існує певна залежність між першим враженням дітей і батьків від садка батьків до садка та їх подальшим ставленням до ЗДО та хідом адаптації малюків.

Під час занять інноваційного проєкту завданням психолога було спонукання батьків до усвідомлення майбутніх змін, турботи про емоційний стан дітей, розуміння того, що дитина почуватиметься впевнено, якщо вона доволі самостійна, може певною мірою обслужити себе й не почуватися залежною від чужих дорослих. Така спрямованість роботи з батьками необхідна. Вона допомагає батькам відчувати особисту причетність до виховання дитини у закладі освіти, перейнятися інтересами садка, зануритися в професійне середовище, спонукає до співпраці. Корисна вона й для педагогів. Адже їм теж довелося перебудуватися, знаходячись під пильними поглядами батьків, переосмислити можливості співпраці з родинами вихованців навіть в освітній діяльності.

Проведені в межах проєкту заходи якісно змінили характер спілкування батьків і дітей. Батьки по - новому поглянули на своїх малюків, усвідомили їхню неповторність та унікальність, посилились їхній інтерес до потреб дітей та бажання бути цікавими для них. Вони зрозуміли, що в дітей можна багато чого навчитися, якщо слухати, чути й розуміти їх. Наш проєкт багатьом мамам допоміг усвідомити важливість дошкільного періоду дитинства, як базової ступені розвитку особистості дитини, а малюкам легше адаптуватися до дитячого садка.

На час закінчення проєкту переддошкільної освіти досвід роботи показав, що цей проєкт є дуже ефективним. Діти гралися з іграшками, цікавилися ними, здатні до короткочасного контакту з однолітками, не бояться їх, з довірою ставляться до педагогів.

Практика свідчить, що проєкт «Я в садочку разом з мамою» допоміг попередити виникнення труднощів адаптації дітей до дошкільного закладу.

Аналіз роботи ДНЗ-ЦРД за рік після завершення проєкту показав, що процес звикання дітей пройшов дуже успішно. Ступінь адаптації в основному легка і середня. Позитивним є і те, що діти раннього віку звикали до дитячого садка безболісно. Ці дані дозволяють резюмувати про ефективність психолого-педагогічного проєкту щодо адаптації дітей раннього віку до умов дитячого садка «Ми в садочку разом з мамою».

ДОДАТКИ

ВСТУПНЕ СЛОВО ПСИХОЛОГА ДО БАТЬКІВ

Шановні батьки! Наша зустріч присвячена дуже відповідальному періоду в житті дитини: вступу до дитячого садка — нового для неї місця з незнайомими дорослими. Природна реакція на новизну — це не так фізичний дискомфорт (напруження м'язів, часте дихання), коли дитина досліджує новий простір, змушена в ньому орієнтуватися, як емоційне напруження, коли переважають емоції тривоги, гніву. Дитина хвилюється: «Як я без мами? Чи не забудуть мене тут?». Звикання малюка до дитячого садка —

процес непростий, адже адаптивні можливості дитячого організму обмежені. Допомогти дитині в цей період мають близькі їй люди. Щоб зняти напруження, необхідно переключати увагу дитини на діяльність, яка приносить їй задоволення. У дошкільному віці — це передусім гра. «Мова» ігор зрозуміла і доступна кожній дитині. За її допомогою вона отримує можливість виражати свої емоції, переживання, спілкуватися з однолітками, ознайомлюватися з нормами і правилами життя, отримує внутрішню свободу (гратися з ким хочу, де хочу, скільки хочу, чим хочу). Часом і у дорослих виникає бажання погратися. Але ми або забули, як це робити, або соромимося. Сьогодні у нас є можливість згадати дитинство і погратись із задоволенням, від душі. Потім можна провести ці ігри з дитиною вдома.

Розробки занять

Заняття № 1.

Тема: «Ну-мо, познайомимось!» (з мамами)

Мета: Створити у групі дітей емоційно позитивну атмосферу. Привчати до колективної діяльності, розвивати єдність, задоволення від перебування в центрі уваги.

Обладнання: наочний матеріал — сонечко, циліндри — 5 шт.

1. Привітання

«Весела посмішка»

Діти стають у коло. Психолог пропонує посміхнутися одне до одного, а потім усі разом вітаються: «Доброго дня!»

2. Гра «Луна» (Знайомство)

Діти сидять кружка на килимі або на стільцях. Дитина, яка сидить праворуч від психолога, промовляє своє ім'я і плескає у долоні ось так: “Да-нил-ко, Да-нил-ко”, а діти всієї групи повторюють за ним це ім'я, як луна. Отож ім'я кожної дитини буде повторене кілька разів.

3. Вправа «Нехай наші пальчики стануть друзями»

Діти сидять півколом на стільцях. Психолог підходить до кожного і запитує: «Як тебе звати?». Бере дитину за руку, з'єднуючи долоньки і пальчики, промовляє слова: Дружать наші пальчики, подружیمось я і ти.

4. Хороводна гра « Ми йдемо до сонечка»

Психолог і діти стають у коло та ведуть хоровод, промовляючи такі слова: «Ми йдемо до сонечка (крокують по колу, взявшись за руки), ля-ля-ля. Щоб погрітися трішечки (труть долонька об долоньку), ля-ля-ля. Нумо, дітки, веселіше, не баріться, І до сонечка ласкаво посміхніться. (Усі разом посміхаються). І долоньки всі разом з'єднайте, і на місці покрутіться, покружляйте.(Діти утворюють пари і кружляють,

узявшись за руки.) А тепер присіли, встали, усміхнулись, заспівали: ля-ля-ля.» (Н.Костирко)

5. Рухлива гра «Змійка»

Психолог говорить: «Зараз ми з вами створимо «змійку», яка має пройти між кубиками так, щоб не зачепити їх». Діти утворюють змійку, чіпляючись одне за одного, і проходять між кубиками, імітуючи звуки змії: «С-с-с-с....!».

Гра повторюється 2-3 рази.

6. Вправа «Паравозик»

«Дітки, давайте збудуємо паровозик, щоб ми швидше дісталися до матусь». Поїзд поїхав: «Ту-ту...» (діти чіпляються одне за одного, роблять 2-3 круги по кімнаті та підходять до дверей).

7. Прощання «Повітряні поцілунки»

Психолог прощається з дітьми, імітуючи повітряні поцілунки, при цьому говорить: «До побачення!»



Заняття №2

Тема: «Веселі малята» (з мамами)

Мета: закріпити навички позитивної соціальної поведінки, виховувати увагу, сприйняття, розвивати координацію та швидкість рухів, формувати позитивне ставлення до садка.

Обладнання: кольорові хусточки, кошик, наочний матеріал – метелики, м'ячик.

1. Привітання

«Весела посмішка»

Діти стають у коло. Психолог пропонує посміхнутися одне до одного, а потім усі разом вітаються: «Доброго дня!»

2. Вправа – знайомство «Ласкаве ім'я»

Вправа проводиться на килимі, діти сидять півколом, психолог у центрі. Психолог, називаючи ім'я дитини (у пестливій формі), котить м'ячик, дитина ловить і повертає психологові.



3. Вправа «Кольорові хусточки»

Психолог разом із дітьми стає в коло і говорить: «Ми всі цікаві та веселі малята, нам разом весело гратись і забавляться! Давайте пограємося з вами у

цікаву гру з хусточками». Діти виконують рухи за інструкцією:

1. Підняти вгору хусточки, опустити їх.
2. Присісти, сховатися за хусточку, підвестися.
3. Пострибати із хусточкою.
4. Покружляти із хусточкою.

4. Гра – вправа «Різна хода»

Психолог: Сьогодні ми з вами підемо на чарівну галявину. Вона далеко. Щоб нам не було сумно, слухайте, як ітимемо.

Маленькі ніжки йдуть по доріжці,
А великі ноги йдуть по дорозі,
А маленькі ніжки йдуть по доріжці,
А зайчики сірі скачуть по стежині,
А веселі пташечки полетіли до хмарки,
Знову маленькі ніжки пішли по доріжці.

Психолог: Ось ми і прийшли на галявину. А на ній подивіться скільки метеликів.

5. Вправа «Різнокольорові метелики»

Психолог: Діти, подивіться, що тут у кошику є? (метелики). Як багато, які вони різні. Розлетілися! (Метеликів висипає із кошика).

Давайте позбираємо метеликів. (Діти збирають, дорослі одягають кожному на руку метелика).

Полетіли, метелики! (Діти імітують, як літають метелики)

Метелики полетіли, а тепер на травичку сіли. (Діти присідають).

Вітерець подув: «Ф-ф-ф», - і метелики знову полетіли.

(Психолог дістає обруч із різнобарвними стрічками з такого ж матеріалу, як і метелики, на кінці стрічки прикріплена квітка. Психолог стає всередину обруча і крутить його навколо себе, а діти вибирають квітку, яка їм сподобалась, або шукають квітку такого ж кольору).

6. Жестова гра «Долонечки і сонечко»

Психолог.

Ми простягли долонечки

І гріли їх на сонечку.

Долоньки нагрівалися

Й за спинку враз ховалися.

Діти за зразком психолога спочатку простягають руки вперед долонями догори, а потім ховають їх за спину. Вправа повторюється 5-6 разів.

7. Прощання «Повітряні поцілунки»

Психолог прощається з дітьми, імітуючи повітряні поцілунки, при цьому говорить: «До побачення!»

Заняття №3

Тема: «Пограймося разом!» (з мамами)

Мета: розвивати уміння взаємодіяти з однолітками, зняття психоемоційної напруги.

Обладнання: Іграшка Пухнастик, різнокольоровий парашут, м'ячик, квіточка.

1. Привітання

Психолог. Діти, подивіться, Пухнастик приніс нам сьогодні чарівну квіточку.

Діти стають в коло, передають чарівну квітку, кажуть один одному: «Доброго ранку».

2. Гра «Іди до мене»

Дорослий відходить від дитини на кілька кроків і вабить її до себе, ласкаво примовляючи: «Іди до мене, мій хороший!» Коли дитина підходить, психолог її обіймає: «Ах, який до мене хороший Сергійко прийшов!». Гра повторюється з кожною дитиною.

3. Гра «Каруселі»

Психолог бере малюка за руку, ставить попереду себе і разом з ним починає збирати в ланцюжок всіх бажаючих пограти. Обрана дитина разом з психологом підходить по черзі до кожної дитини, називає її по імені й питає: «Саша! Будеш грати з нами? Тоді давай руку!». Саша дає руку психологу і вони втрюх підходять до наступної дитини і т. д. В результаті діти, тримаючись за руки, утворюють коло. «Зараз ми будемо кататися на каруселі, - говорить психолог. - Повторюйте слова за мною і рухайтесь дружно по колу, щоб карусель не зламалася».

Слова /Рухи

Ой веселі-селі-селі *Карусель повільно рухається*
Закрутились каруселі *В праву сторону*
Все кругом, кругом, кругом *Темп мови і рухів*
постійно прискорюється
Все бігом , бігом , бігом! *Побігли*
Тихо, тихо, не спішіть *Рухаються повільніше*
Каруселі зупиніть *Переходять на ходьбу*
Раз, два, раз, два *Крокують*
І закінчилась гра *Зупиняються*
Під час повторення гри – рухаються в інший бік.

4. Гра «Поділись іграшкою»

Діти стають у коло. Психолог бере яскраву, нову іграшку Пухнастика і промовляє: «У мене є гарна, нова іграшка, я її дуже люблю, але хочу поділитись нею із Дмитриком». Передає іграшку дитині. Психолог: «Дмитрику, тепер нова і гарна іграшка в тебе. Вона тобі подобається? Поділися нею з Оксаною». Гра продовжується, доки іграшка не побуває у всіх і повернеться знову до психолога.

5. Вправа «Різнокольоровий парашут»

Діти і психолог тримають у руках різнокольоровий парашут. Дітям пропонується розкачувати парашут роблячи морську хвилю. Спочатку повільно, сильніше, влаштувати шторм, хвиля поступово зменшується, море утихає.

6. Вправа «Яблуко по блюдечку»

Діти натягують парашут, кладуть на нього м'ячик. Потім починають плавно покачувати парашут. Завдання: допомогти м'ячику котитися по парашуту уздовж краю, разом із тим слідкувати за тим, щоб м'ячик не впав з парашуту.

7. Гра «Дощик і сонечко»

Діти ходять по групі і зображують, що збирають квіточки. Звучить команда «Дощик» - діти біжать під різнокольоровий парашут, команда " Сонечко" - вибігають з-під парашуту знову збирати квіточки. Важливо: відповідний музичний супровід.

8. Прощання «Повітряні поцілунки»



Заняття №4

Тема: «Здрастуйте, я – Сонечко»

Мета: створити атмосферу довіри, відчуття комфорту, налагодити взаємозв'язок із дітьми для подальшої продуктивної роботи, формувати бажання взаємодіяти з однолітками.

Обладнання: іграшка Сонечко, кольорові хусточки, кольорові тактильні мішечки, аудіозапис дитячих пісеньок, кошики, кольорові м'ячики, сухий басейн.

Хід заняття

1. Привітання.

Психолог: Добрий день мої малята
Дуже рада вас вітати
Давайте привітно посміхнемося
До ваших долоньок доторкнемося.

2.



Психолог: Діти, сьогодні я йшла до вас у садочок і зустріла Сонечко!

Сонечко рано встало, потягнулося, вмилося, розчесало свої промінці і стало гарним сонечком. Ось це сонечко дуже хоче з вами познайомитись. (Діти називають свої імена).

3. Вправа «Кольорові хусточки»

Психолог: Сонечко принесло нам подарунок. Ось такі хусточки. Ви дуже цікаві і веселі малята. Давайте пограємо з вами у цікаву гру з хусточками.

- Підніміть вгору хусточки, опустіть їх.
- Присядьте і сховайтеся за хусточку. Підніміться і відкрийтеся.
- Пострибайте з хусточками.
- Покружляйте із хусточкою.

4. Гра з тактильними мішечками.

Психолог: А ось і ще один подарунок від сонечка. (Психолог роздає дітям тканинні мішечки, наповнені різними крупами (пшоно, рис, манка, гречка).)

Психолог: У кожного в руках є мішечок, доторкніться до нього, стисніть у кулачку. А зараз покладіть на долоньку і натисніть пальчиками на серединку. Змініть руки. Поплескайте в долоні, не випускаючи мішечка.

6. Гра «Хованка»

Психолог ховає м'яч, а діти шукають його.

7. Вправа «Кольорові м'ячики»

Психолог: Діти подивіться, що у цьому кошику?

- Скільки м'ячиків? Вони різнокольорові. Тож давайте з ними пограємось.

Гра дітей з м'ячиками у сухому басейні.

8. Прощання «Повітряні поцілунки»

ЗАНЯТТЯ З БАТЬКАМИ

**Інтерактивне заняття для батьків
«У дитячий садок із радістю»**

Мета: ознайомити батьків із теоретичними засадами проблеми адаптації дітей раннього віку до умов закладу дошкільної освіти; підвищити психологічну компетентність; навчити краще розуміти дітей; активізувати процес комунікації в родині.

Матеріали: клубок ниток, аркуші паперу, олівці.

Перебіг заняття:

1. Привітання ведучого

Психолог: Добрий день. Шановні батьки! Сьогодні ми з вами зібрались, щоб обговорити особливості адаптації малюків до умов дитячого садка. Я хочу, щоб ви пофантазували, перенеслись у своє дитинство й відчували себе на місці своїх дітей. Зараз ми з вами привітаємось, але не звичайно, а так, як діти вітаються в групі.

- Добрий день, оченята!
- Добрий день щічки!..

Тепер, щоб нам було комйфортніше працювати, ми з вами познайомимось.

1. Вправа «Назад у дитинство»

Мета: створити комфортну атмосферу, підготувати учасників до роботи, сприяти згуртованості групи.

Назвіть своє ім'я, пригадайте і скажіть, як вас у дитинстві лагідно називали батьки.

Коментар психолога. Для людини дуже важливе її ім'я та не менш важливе ніжне

звертання до неї, в якому відчувається лагідність та ніжність.

2. «Наші діти - які вони?»

Мета: встановлення доброзичливої атмосфери між учасниками, формування позитивних психологічних установок, що сприяють корекції батьківської поведінки, аналізувати індивідуальні особливості та поведінку дітей.

(Психолог пропонує батькам написати ім'я своєї дитини, намалювати явище природи, тварину, дерево, з яким асоціюється їхня дитина, вербалізувати асоціацію)

3. Гра «Ниточка». Учасники стоять у колі, в руках у ведучого клубок ниток. Учасникам пропонують відповісти на запитання: «Якими досягненнями своєї дитини на сьогоднішній день я пишаюся». Робляться короткі повідомлення. Кожен спікер отримує клубок, намотує нитку на палець і передає іншому в довільному порядку. Утворюється павутинка з ниток, що об'єднує всіх учасників гри.

Висновок. Наших дітей об'єднує батьківська любов і гордість за їхні маленькі досягнення, вони всі різні, унікальні, неповторні.

4. Групова робота.

Що може дати дитині дитячий садок? (контактність, спілкування, колектив, розуміння правил, уміння дотримуватись правил, чуйність, емоційність, розвиток та ін.)

Що можна робити дитині в дитячому садку?
(говорити добрі, приємні слова, гратися з іграшками, ділитися іграшками, говорити спокійним голосом, радіти успіхам товаришів, обирати ігри за бажанням)

5. Інформаційне повідомлення.

Психолог: ми зібралися, щоб більше дізнатися про рівні адаптації ваших дітей до дитячого садочка. Рано чи пізно дітям доведеться відірватися від своїх батьків і стати на першу сходинку соціуму. Ця сходинка – дитячий садок. Для кожного малюка початок відвідування дитячого закладу - це стрес. Пропоную ознайомитися із рівнями адаптації дітей:

Адаптація – це пристосування до нових умов.

Адаптація буває:

легка (триває 10 – 15 днів);

середня (15 -30 днів);

важка (2 місяці і більше)..

Труднощі в адаптації до дитячого садка виникають майже у кожної четвертої дитини, та ми з вами можемо зробити так, що ваші діти почувалися якомога краще у новому середовищі.

У групі раннього віку можна спостерігати «емоційне зараження»: якщо починає плакати одна дитина, її одразу підтримує ще хтось або й усі діти.

6. Вправа «Ми - батьки».

Мета: з'ясувати уявлення про учасників про себе у ролі батьків та визначити їхні очікування стосовно особистості своїх дітей.

Обладнання: стікери зеленого, синього та червоного кольорів (по одному для кожного учасника); три аркуші паперу формату А-1, на яких написані початки речень «Я хочу бачити свою дитину...», «Для цього я...», «Я ніколи...».

Хід проведення:

Учасники отримують по одному стікеру зеленого, синього та червоного кольорів. Психолог пропонує на кожному з них продовжити речення (стосовно своєї реальної дитини):

- * на зеленому стікері - «Як мати я хочу бачити свою дитину...»;

- * на синьому стікері - «Як мати для цього я роблю...»;

- * на червоному стікері - «Як мати я ніколи...».

По закінченню учасники прикріплюють стікери на три аркуші формату А-1 з написами «Я хочу...», «Я роблю...», «Я ніколи...»

Психолог об'єднує учасників у три групи. Кожна з них отримує чистий аркуш паперу формату А-1, а також один аркуш з реченнями, зафіксованими на стікерах певного кольору.

Учасникам кожної групи потрібно узагальнити речення «свого кольору» й підготувати коротку презентацію результатів. Після презентації проходить обговорення вправи.

Рефлексія:

1. Які думки виникли у Вас під час виконання цієї вправи?
2. Чи замислювалися Ви над шляхами досягання того, що Ви хочете?
3. Чи легко було продовжити речення «Як мати для цього я роблю...» та сформулювати конкретні дії? Чому?
4. Чи завжди вдається Вам у реальному житті виконувати те, що Ви задекларували у варіанті закінчення речення «Як мати я ніколи...»? Поясніть свою відповідь.

7. Вправа «Щасливий малюк»

Мета: вивчення оточуючого світу дитинства, поглиблене пізнання своєї дитини, її вчинків, емоцій, думок.

Батьки (у підгрупах) малюють на ватмані образ щасливого малюка і розповідають міні-казку, чому саме він щасливий.

Обговорення:

- Чи щаслива ваша дитина?
- Як саме ви забезпечуєте щастя вашого малюка?

8. Притча «Крамничка можливостей».

Якось чоловікові наснилося, що він ішов містом і зайшов до крамнички. Довго ходив між полицями, де лежали різноманітні екзотичні овочі та фрукти. Вони приголомшили його своїм незвичайним виглядом, яскравими кольорами, вишуканими пахощами.

Але варто було чоловікові взяти з полички плід, як той одразу перетворювався на крихітне зернятко. Тоді він вирішив звернутися до продавця:

- Дайте мені, будь ласка, той фрукт. Але господар відповів:
- Ми не продаємо плоди, ми продаємо насіння. Щоб виростити гарний плід, потрібно доглядати спочатку за насіниною.

Обговорення притчі.

9. Вправа «Куля мрій»

Мета: створити доброзичливу, оптимістичну атмосферу.

Психолог. Ми всі любимо мріяти, і всі ми хочемо, щоб наші мрії здійснювалися (тренер розкидає різнокольорові кульки). Пиймайте кожен свою кульку мрії та намалюйте або напишіть свою мрію на ній, користуючись маркерами. Давайте об'єднаємо всі кульки мрій в один великий оберемок, нехай всі бажання здійсняться. Дякую всім за участь.

10. Рефлексія.

Психолог просить учасників дати відповіді на запитання:

- Що вам сподобалося?
- Що не сподобалося?
- Висловіть ваші побажання.



Заняття для батьків та вихователів «Адаптація дітей до умов дошкільного закладу»

Мета: ознайомити учасників з проблемами адаптації дітей раннього віку до умов дошкільного закладу. Підвищити психологічну компетентність з питань виховання та взаємодії з дітьми.

Завдання:

- допомогти краще зрозуміти причини виникнення проблем, пов'язаних з адаптацією, та знайти способи їх вирішення;

- розвивати в учасників тренінгу здатність до емпатії, володіння навичками встановлення емоційного контакту з дітьми.

Учасники: батьки; вихователі груп раннього віку.

Хід проведення

Привітання.

Психолог. Шановні батьки і педагоги!

Ця зустріч присвячена проблемі адаптації дітей раннього віку. Сподіваюся, питання, які ми розглянемо, допоможуть якнайкраще зрозуміти причини виникнення проблем у дітей раннього віку та знайти шляхи їх подолання.

1. Вправа «Назад у дитинство»

Мета: створити комфортну атмосферу, налаштувати учасників на роботу, сприяти згуртованості групи.

Учасники сидючи в колі називають своє ім'я та закінчують речення:

«У дитинстві дитячий садок для мене асоціювався з ...»

Психолог робить узагальнення висловлених асоціативних вражень.



Мета: визначити правила для продуктивної роботи під час заняття, створити сприятливий психологічний клімат для активної роботи. Учасники самостійно визначають правила.

Правила роботи в групі:

- активність;
- правило «піднятої руки»;
- «тут і тепер»;
- доброзичлива, відкрита атмосфера;
- вимкнений мобільний телефон.

4. Вправа «Зацікавлене обличчя»

Мета: розвивати у педагогів та батьків здібності до емпатії; розуміти психічний стан дитини, її емоційні переживання у нових соціальних умовах; оволодівати навичками встановлення емоційного контакту з дитиною.

Учасникам роздаються картки з прописаними ролями:

- малюк, який вперше прийшов у групу;
- дорослий з невиразним поглядом;
- дорослий з байдужим поглядом;
- дорослий із заклопотаним виглядом;
- дорослий із роздратованим виглядом;
- дорослий із зацікавленим поглядом, який показує «малюку» можливість допомоги.

Учасникам пропонується стати у коло. У центрі кола – «малюк, який вперше прийшов у групу». Погляд кожного має бути невиразним, і лише одна людина (за домовленістю) має поглядом показати

«дитині» свою зацікавленість та можливість допомогти.

Завдання:

- для «дитини»: підійти до того дорослого, який викликає довіру.
- для «дорослих»: демонструвати настрій, який зазначений на картці.

Обговорення:

- Як почуває себе «малюк»?
- Із чим він стикнувся у нових соціальних умовах?
- Який емоційний стан він переживає?
- Які ваші дії щодо встановлення емоційного контакту з «дитиною»?
-

5. Вправа «Асоціативний ряд»

Інструкція: назвати ознаки процесу адаптації, що починаються з однієї з літер слова «адаптація». Учасники пропонують асоціації.

А - активність.

Д - добро.

А - аналіз .

П - послідовність.

Т - тактовність.

А - аргументованість.

Ц - цікавість.

І - ініціативність.

Я - яскравість.

6. Міні-лекція «Адаптація дітей»

Адаптація (від лат. «пристосування») - це процес пристосування, що відбувається на різних

рівнях: фізіологічному, соціальному, психологічному.

Пристосування організму до нових умов, до нового режиму супроводжується, як правило, зміною поведінкових реакцій дитини, розладами сну, апетиту. Однак адаптація у різних дітей відбувається по-різному, відповідно до віку, типу вищої нервової діяльності, стану здоров'я, стилю виховання в сім'ї, емоційної залежності від матері. Виходячи з цього, виділяють три групи дітей за характером пристосування до нових умов життя.

- Перша група - ті, для кого процес адаптації легкий і безболісний. Такі діти комунікабельні, самостійні. Спілкування батьків з дитиною доброзичливе.
- Друга група - малюки, які адаптуються повільніше і важче. Поведінка не стала. Періоди інтерес грою змінюються періодами байдужості, капризи. Вистачає довіри щодо вихователів, до інших дітей. Навички гри і спілкування розвинені недостатньо. Малоініціативні, менш самостійні, кілька можуть робити самі, але в основному залежать від дорослого. З боку батьків простежується нестабільність в спілкуванні: доброзичливі, привітні звернення змінюються на крик, погрози або зменшення вимог.

Третя група - діти, які важко пристосовуються до нового для себе побуту. Зазвичай вони не самостійні. Швидко втомлюються, ігрові навички

не сформовані. У досвіді таких дітей - прояви авторитарності, жорстокості (або навпаки - зайвої поступливості) з боку дорослих, що призводить до страху, недовіри до вихователя або повне ігнорування його та інших дітей. Сон, апетит - погані або відсутні зовсім. Діти часто хворіють, що ще більше уповільнює їх звикання до нової обстановки і нових вимог.

Процес адаптації має різну для кожної дитини тривалість в часі і проходить у кілька основних етапів - фаз:

- **«Шторм»** - на комплекс нових впливів всі системи організму дитини відповідають реакціями руху і значним напругою. Зростає збудливість, тривожність, можливе збільшення агресивності або поглиблення в себе. Погані сон, апетит, настрій. Фізіологічна і психологічна буря триває від 2-3 днів до 1-2 місяців (в окремих дітей).
- **«Шторм вщухає»** - період нестійкого пристосування, коли дитячий організм шукає оптимальних варіантів реакції на зовнішні впливи. Малюк і далі приглядається до нового оточення, намагається долучитися до спільної діяльності, стає активним, зацікавленим, врівноваженим. Цей період більш тривалий, ніж перший: від 1 тижня до 2-3 місяців.
- **«Штиль»** - етап щодо сталого пристосування. Організм знаходить сприятливі варіанти реагування на нові умови життя, режим дня, спілкування. Дитина починає активно засвоювати нову

інформацію, встановлювати контакти, брати участь у заняттях. Зменшується хворобливість, стабілізується сон, апетит, настрій. Цей період триває від 2-3 тижнів до 6 місяців.

Хто ж допоможе малюкові з найменшими витратами для його фізичного і психічного стану увійти в нове життя? Так, саме ми - дорослі...

7. Практична вправа «Склянка води»

Психолог. Щоб зрозуміти, як впливає слово на дитину, візьмемо:

- склянку води - дитина (чиста, прозора, наївна);
- сіль - грубі, різкі слова;
- перець - пекучі, образливі слова, крик;
- грудка землі - неуважність, байдужість.

Все добре змішаємо і отримаємо стан дитини. Скільки пройде часу, поки всі осяде, забудеться? А варто лише злегка збовтати - і все знову підніметься на поверхню. А це знову - стреси, неврози і стимул до ворожості, невротичних проявів у поведінці дитини.

8. Вправа «Долонька добрих слів»

Мета: надання зворотного зв'язку кожному учаснику групи;

підвищення самооцінки;

формування бажання зробити добре іншій людині.

Кожен учасник отримує аркуш паперу й олівець. Завдання - обвести свою долоню, написати в центрі власне ім'я. На кожному пальці намальованої руки треба написати 5 можливих звернень до новачка для того, щоб привернути його увагу, заспокоїти, розрадити, відволікти, розважити, познайомити з іншими дітьми в групі. Коли всі закінчили, кожен представляє свою роботу.

9. Рефлексія.

Психолог просить учасників дати відповіді на запитання:

- Що вам сподобалося?
- Що не сподобалося?
- Висловіть ваші побажання.

Заняття для батьків дітей раннього віку «Психологічна безпека особистості. Таємниці адаптації»

Мета: познайомитись з батьками, створити емоційний настрій, ознайомити батьків з особливостями адаптації дітей в дитячому садку; зосередити увагу батьків на проблемі адаптації дітей раннього віку до умов днз; сприяти

згуртуванню батьківського колективу, формуванню довірливих відносин між батьками і педагогами.

Хід проведення

Психолог: Шановні батьки! Цю зустріч із вами присвячено проблемі адаптації дітей раннього віку до умов ЗДО. Сподіваюся, питання, які ми розглянемо, допоможуть вам якомога краще зрозуміти причини виникнення проблем у дітей у дітей раннього віку та знайти шляхи подолання або зменшення їх.

1. Привітання «Кажемо приємне»

Всі учасники стають в коло і за годинниковою стрілкою, торкаючись одне одного, говорять комплімент.

Правила роботи групи (Чарівна квітка)

1. Щирість у спілкуванні.
 2. Принцип «тут і тепер».
 3. Доброзичливе ставлення одне до одного.
 4. «Вето»-можна взагалі не говорити.
 5. Повага до мовця.
 6. Дбайливе ставлення до інших.
 7. Не критикувати.
 8. Активна група.
- #### **2. Визначення сподівань учасників за методикою «Дерево»**

Мета: визначити сподівання та надії учасників від роботи семінару.

Ресурси: прикріплений на видному місці ватман з намальованим заздалегідь деревом, вирізані з паперу листочки, скотч, маркери.

Кожний учасник отримує заздалегідь вирізаний листочок, на якому має написати власні очікування від семінару. Після того, як всі учасники записали свої сподівання, вони по черзі підходять до дерева, зачитують їх та приклеюють листочки на дерево.

3. **Вправа «Асоціативний ряд АДАПТАЦІЯ»**

Учасники формулюють визначення

А-активність

Д-добро

А-аналіз

П-послідовність

Т-тактовність

А-аргументованість

Ц-цікавість

І-ініціативність

Я-яскравість

4. **Вправа «Шпаргалка»**

Завдання. По колу учасники семінару на аркуші паперу записують свої думки стосовно позитивного і негативного досвіду, який дитина набуває в період адаптації.

Підсумок. Залежно від ситуації дитина може один і той самий досвід може набути як в позитивному так і в негативному ...

5. **Гра «Звірята відправляють своїх малят в дитсадочок»**

Завдання. Учасники стають парами: один з них в ролі мами, другий-в ролі маляти. Мама проводить малюка у садок. Показати позицію батьків і позицію малюка.

6. Вправа «Добра тварина»

Мета: розвивати почуття спільності, близькості з іншими людьми, творчу

уяву, вміння відчувати себе й інших.

Завдання. Ставши у коло та побравшись за руки, батьки уявляють себе однією великою доброю твариною. Психолог пропонує послухати як вона дихає, тобто подихати разом (на вдих-крок вперед, на видих-крок назад). Так тварина не лише дихає а й так само б'ється її серце. Ми стали єдиним цілим, нам затишно і спокійно і так має бути завжди.

7. Вправа «Групова поема-АДАПТАЦІЯ»

Мета: закріплення позитивних станів, сприяння позитивній оцінці участі кожного у спільній роботі, актуалізація бажання для подальшого спілкування та взаємодії.

Завдання: створити колаж на тему «забезпечення емоційного комфорту новоприбулої дитини». Слухачам пропонується дві половинки сонечка, намальованого на двох ватманах, а також ножиці, клей, олівці, картинки, журнали. Потрібно, використовуючи різні техніки, матеріал, забезпечити емоційний комфорт новоприбулої дитини.

8. Рефлексія «Вихідний квиток»

Батькам пропонується записати три речі нові, про які дізналися на семінарі, дві речі корисні й одну-яку б ви хотіли змінити в роботі семінару.

Інтерактивне заняття для батьків «Криза 3-х років»

Мета: : підвищити психологічну компетентність з проблеми виховання і взаємодії з дітьми в період кризи трьох років. Визначити основні проблеми у вихованні дітей даного вікового періоду та знаходження шляхів їх розв'язання за допомогою тренінгових вправ.

Хід проведення

Психолог. Доброго дня, дорогі батьки! Я рада вітати вас у нашому закладі. Сьогодні ми з вами поговоримо про дітей у нелегкий для всіх віковий період. Для початку я пропоную трохи відволіктися від можливих робочих і сімейних турбот, і налаштуватись на процес спілкування.

1. Вправа «Знайомство»

Мета: установлення контакт між учасниками групи, позитивний настрій, розвивати навички спілкування, емпатії; формувати почуття єдності з дитиною.

Назвавши своє ім'я, учасники називають три риси характеру чи якості, які характеризують дитину і починаються з першої літери її імені.

Наприклад:

Настя – наполеглива, непосидюча, нетерпляча.

Антон – активний, акуратний, азартний.

2. Вправа «Портрет дитини третього року життя»

Мета: уточнення основних понять, пов'язаних із віковими, індивідуальними характеристиками дитини, виявлення поведінкових і індивідуальних особливостей дітей 3-го року життя.

Перелічити всі позитивні риси, притаманні дитині трьох років, і записати їх на ватмані. Потім назвати негативні риси, які не подобаються у трирічних дітей і записати ці характеристики на ватмані. Як правило, виходить «класичний» портрет дитини у період «кризи трьох років».

Коментар психолога. Ми побачили так звані «Дві сторони однієї медалі». Усі діти мають як позитивні, так не негативні сторони своєї особистості. Ті негативні якості, які назвали батьки – і є основними показниками кризи трьох років.

3. Міні-лекція «Криза трьох років»

Мета: ознайомити батьків з кризовим віковим періодом дитини третього року життя.

Впертість та капризи малюків досить часто затьмарюють життя батьків. Постараємося розібратися в причинах появи і особливості цих неприємних особливостей поведінки дитини.

Вік з 2,5 до 3,5 років в психології називають кризою 3 років або кризою «Я сам». Криза супроводжується масою позитивних і негативних змін у дитячому організмі, але всі труднощі мають тимчасовий, минулий характер. У три роки діти порівнюють себе з дорослими і прагнуть у всьому бути схожими на них. Вони чекають від членів сім'ї визнання своєї незалежності і самостійності. Дитина не може чекати, поки виросте - вона вже сьогодні, негайно, зараз хоче бути дорослою: «Я сам! Я сама!»...

Вже дорослі потреби трирічної дитини не можуть бути задоволені попереднім стилем спілкування з нею і колишнім способом життя. Виникають протиріччя між можливостями та бажаннями дитини. Дитина намагається будь-якою ціною завоювати самостійність і самоствердитися, різними шляхами висловлюючи протест проти залежності від батьків, наполягає на рівноправності. Вона бурхливо реагує на оцінки, стає злопам'ятною і ображеною, починає хитрувати.

Три роки - це та межа, на якій закінчується раннє дитинство і починається дошкільний вік. Відпадає психологічна пуповина, яка досі зв'язувала її з мамою. У цей час відбувається дуже

важливий для дитини психічний процес: це перше яскраве вираження свого «Я». Дитина починає відокремлювати себе від світу дорослих і вступає в самостійне життя. Без психологічного віддалення від батьків дитині складно буде знайти себе в цьому житті, виробити механізми психологічної адаптації та гнучкої поведінки в різних ситуаціях.

Дитина не розуміє, що з нею відбувається, не може оцінити свою поведінку, регулювати свої вчинки та вираження емоцій. Стає впертою, примхливою, безглуздою.

Не треба лякатися! Це не негативний показник. Навпаки, яскравий прояв кризи говорить про те, що в психіці дитини склалися всі вікові новоутворення для подальшого розвитку її особистості.

Розглянемо основні симптоми кризи:

- **Негативізм** - прагнення все зробити навпаки, всупереч всім вимогам і прохань дорослих.
- **Впертість** - дитина наполягає на своєму, не тому, що їй цього дуже хочеться, а тому, що вона цього зажадала.
- **Норовистість** - спрямована проти норм виховання, способу життя в цілому, проти тих правил, які були в її житті до трьох років. Головна відповідь на все - «Ні!»
- **Свавілля, норовливість** – малюк все хоче робити сам, відмовляється від допомоги там, де ще мало що вміє.

Другорядні симптоми:

- **Протест-бунт** - дитина перебуває в стадії війни з усім і всіма.
- **Знецінення** - дитина починає лаятися, обзиватися, вживати нецензурну лайку.
- **Деспотизм** - проявляє деспотичну владу по відношенню до оточуючих, проявляє ревності і агресію до менших чи старших членів сім'ї, вимагає постійної уваги до себе.

Наслідком прояву перерахованих симптомів можуть стати внутрішні і зовнішні конфлікти. Невротичні симптоми (енурез, нічні страхи, заїкання).

Криза трьох років - це криза, перш за все, соціальна, криза взаємин між дитиною та оточуючими людьми. Дитина повинна вийти з кризи з комплектом позитивних якостей. Завдання дорослого - не допустити закріплення крайніх проявів.

Пам'ятайте, що кожна з вище перерахованих негативних новоутворень має свої позитивні сторони, адже:

- Упертість - крайня ступінь прояву волі.
- Примхливість - демонстрація власної значущості для інших, відчуття свого «Я».
- Егоїзм - почуття власної гідності.
- Агресивність - крайня форма почуття самозахисту.
- Замкнутість - неадекватна форма прояву здорової обережності.

Пік впертості приходить на 2, 5 – 3 рік життя.

- Хлопчики проявляють впертість сильніше, ніж дівчата.
- Дівчата капризують частіше, ніж хлопчики.
- В кризовий період приступи впертості і капризування відбуваються у дітей до 5 разів на день. У деяких – до 19 разів!
- Якщо діти по досягненню 4 років все ще продовжують часто проявляти впертість і капризувати, то вірогідніше за все мова йде про «фіксовану» впертість, істеричності як зручних способів маніпулювання своїми батьками. Частіше за все це результат погоджувальної поведінки батьків, які піддалися натиску зі сторони дитини, нерідко заради свого спокою.

Що можуть зробити батьки в період кризи.

- Не перебільшуйте значення впертості і примхливості. Прийміть це як закономірність.
- Істеричність і примхливість вимагають глядачів. Не використовуйте допомоги сторонніх.
- Під час нападу залишайтеся поруч. Дайте дитині відчувати, що ви її розумієте.
- Не намагайтеся під час нападу що-небудь навіювати дитині. Це марно. Лаяти не має сенсу, а тим більше не бийте її, це ще сильніше розхвилює дитину.
- Не здавайтеся навіть тоді, коли напад у дитини протікає в громадському місці. Найчастіше допомагає тільки одне - взяти за руку і відвести.
- Не беріть дитину на руки, якщо вона цього не хоче.

- Будьте в поведінці з дитиною наполегливі. Якщо ви сказали «ні», залишайтеся і далі при цій думці.
- Постарайтеся схитрувати: «Ох, яка у мене є цікава іграшка!» (книжка, штука тощо). «А що це там за вікном..?» - подібні маневри заінтригують і відвернуть увагу, тому що у малюків дуже швидко переключення уваги. Краще зробити вигляд, що ви дуже зацікавилися чимось, захопилися. Акцентуйте емоції і дивіться тільки «туди». («Ух ти, оце так! Яка краса!»). Тексту повинно бути багато, щоб малюк не встигав вставити свої вимоги у проміжки.
- Не треба звертатися безпосередньо до дитини, яка плаче чи кричить і вмовляти її не кричати – ви тільки піділлете масло у вогонь.
- Після істерики, сварки, коли дитина заспокоїться, пожалійте її, поясніть, в чому вона не права. Дайте їй зрозуміти, що ви любите її.
- Небажано використовувати авторитарну модель взаємодії у спілкуванні з дитиною. Це може провокувати напади негативізму всякий раз, коли віддається суворий наказ: «Не чіпай!», «Їж швидко!».
- Як можна менше втручайтеся і квапте дитину. Нехай вона одягається і роздягається в своє задоволення (якщо, звичайно, дозволяє час). Розвивайте самостійність! Надмірна турботливість неминуче робить дитину занадто залежною від батьків, веде до серйозних проблем в подальшому - комплексів у спілкуванні.

- Можна скористатися прийомом дії «від протилежного» - дозволити кричати. «Ти збираєшся плакати? Можна, я тобі дозволяю». Кричати дитина не буде, так як це дозволено. Сам факт дозволеності збиває дитину з пантелику.
- Якщо ви на чомусь наполягаєте, залишайтеся неприступними, доводьте справу до кінця. При цьому будьте спокійними. Менше слів - більше діла.
- Побільше спільних справ. Це може бути і гра, і прибирання квартири.
- Дитина повинна засвоїти з дитинства, що мама і тато - головні люди в сім'ї. Вони приймають рішення. Їх слово - закон.

4. Вправа «Швидка допомога»

Мета: активізувати виховний досвід батьків, розвивати навички аналізу причин поведінки дитини, обмін досвідом.

Учасникам пропонуються картки із проблемними ситуаціями; обговорюються різні погляди, приймається конструктивне рішення.

Учасники дістають з мішечка картки з проблемними ситуаціями, йде обговорення. Кожен учасник має право висловитися, порадити, що можна зробити в даній ситуації.

Можна запропонувати наступні проблемні ситуації:

- Дитина не хоче прибирати іграшки за собою: «Не хочу!» Раніше прибирала без проблем.

- Мама не купила чергову іграшку в магазині: «Схожа є вдома». У дитини істерика.
- Дитина кричить, тупотить ногами, не підпускає маму допомогти зав'язати шнурки на черевиках (застебнути гудзики).
- Дитина весь час каже «ні»:
Підемо в магазин? Ні! Підемо гуляти? Ні! Добре, не підемо. Ні, підемо!
- В дитячому садочку дитина одягається сама, а вдома одягатися не хоче.
- Жаліється мама трирічного Вови: «Щойно я відвернуся чи вийду з кімнати, мій син б'є по голові іграшками семимісячного братика».
- Роман вже прокинувся, мама просить його встати з ліжка. Однак малюк каже: «Сказав — не встану, отже, не встану!»

Обговорення:

- Як ви гадаєте, чому так поводитьися дитина?
- Що б ви зробили у цій ситуації?
- Чи є сенс дорослому відстоювати позицію «хто-кого»?
- Як би ви вчинили в цій ситуації?

Рекомендації психолога батькам:

- Під час «кризового» приступу залишайтеся поруч із дитиною, нехай малюк відчує, що ви його розумієте.
- Правильно збалансуйте покарання та заохочування.
- Намагайтеся поводитися з дитиною наполегливо, якщо ви сказали «ні», обстоюйте і далі свою думку.

- Не намагайтеся під час приступу впертості заспокоїти дитину. Сварити її і карати не має сенсу, це, навпаки, тільки сильніше буде збуджувати дитину.
- Намагайтеся відвернути увагу від капризів. Запропонуйте нову іграшку, нову діяльність.
- Пам'ятайте, що ніхто не знає вашу дитину так, як ви. Тому частіше обговорюйте з дитиною її настрій, бажання, інтереси, почуття.

5. Вправа-гра «Диктатура»

Мета: усвідомити права дитини та прийняти їх.

Матеріал. Довгі шарфи чи хустинки.

Психолог. Для цієї вправи потрібні «добровольці», двоє в ролі батьків і один буде в ролі дитини. Учасник - «дитина» сідає на стілець посередині кімнати.

А зараз ми згадаємо, як ми спілкуємося зі своїми дітьми.

- Якщо дитина бере речі без дозволу, які йому не можна брати, ми говоримо їй – Не чіпай! (зав'язуємо руки).
- Дитина розбігалася, заважає Вам, ми говоримо їй - Не бігай! (зв'язуємо ноги)
- Дорослі розмовляють, дитина слухає їх розмову, ми говоримо їй - Не слухай! (зав'язуємо вуха).
- Якщо дитина кричить, приглушуючи нас, ми кажемо їй – Не кричи! (зав'язуємо рот).
- Якщо дитина капризує, ми говоримо їй – Не плач, перестань! Не дозволяємо вільно проявляти свої почуття.

- А тепер давайте запитаємо нашу дитину, як вона себе почуває?

Обговорення.

- Як ви гадаєте, чи може дитина розвиватися в такому стані?
- Чи комфортно дитині?
- Що ж робити?

6. Практична вправа «Як тобі краще?»

Мета: допомогти батькам оволодіти ефективними способами взаємодії з дітьми під час «кризового» періоду; показати на прикладі, як конструктивно вирішувати складні кризові ситуації.

Психолог. Для цієї вправи потрібні «добровольці», двоє в ролі батьків і один буде в ролі дитини.

Один учасник виконує роль дитини - іде по гімнастичній лаві, другий учасник «мама» - знаходиться поряд, іде поруч з ним і каже: «Ти ж зараз впадеш, який же ти незграбний». Учасник «дитина» іде ще раз по лаві, і тепер вже інший учасник «тато» підбадьорює: «Ти – молодець! У тебе все вийде, ти зможеш. Я в тебе вірю!»

Обговорення:

- Що відчувала дитина коли її принижували та не вірили в неї?
- Що відчувала дитина коли її підбадьорювали та заохочували?
- Які висновки можна зробити?

Коментар психолога.

Те, що нам говорили, коли ми були дітьми:

Не бігай; йди швидше; їж все; мий руки; чисти зуби; мовчи; говори; попроси вибачення; поздоровайся; йди сюди; відчепися від мене; йди грати; не заважай; не біжи; дивись, а то впадеш; тим гірше для тебе; ти не вмієш; ти маленький; я сам зроблю; ти вже великий; йди спати; піднімайся, вже пізно; я працюю; грай сам; одягнися; не стій на сонці; не сиди в тіні; не розмовляй з повним ротом

...

А це те, що ми хотіли б почути, коли були дітьми:

Люблю тебе; ти красивий; я щасливий, що ти в мене є; поговоримо про тебе; як себе відчуваєш? чого ти боїшся? чому не хочеш? ти дуже славний; хороший; розкажи, що ти відчував; ти - щасливий?; тобі зручно?; мені приємно, коли ти смієшся; поплач, якщо хочеш; говори, я тебе слухаю; чому ти сумуєш? що тобі не подобається? довіряю тобі; мені добре з тобою; хочу гратися з тобою; мені цікаво слухати тебе; ти подобаєшся мені такий, як є; добре бути разом; скажи, якщо я помиляюся; вибач мене.

7. Вправа-релаксація «Занурення у дитинство»

Мета: допомогти батькам усвідомити різницю між світом дитини і дорослого, яка виражається в особливостях сприймання, емоційних переживань, мотивації; відчути теплі почуття до дитини, усвідомити велику роль дорослого в процесі формування особистості дитини раннього віку.

Батькам пропонують уявити себе маленькою дитиною; використовується текст, складений за принципом візуалізації; можна використовувати релаксаційну музику.

Психолог. Сядьте якомога зручніше, ноги опустіть на підлогу так, щоб вони добре відчували опору, зіпріться спиною на спинку стільця. Закрийте очі, прислухайтеся до власного дихання. Дихання рівне, спокійне. Відчуйте важкість у руках, в ногах. Потік часу повертає вас у дитинство, в той час, коли ви були маленькими. Уявіть, у що ви одягнуті, яке взуття, який одяг, яка у вас зачіска.

Вам весело, що ви йдете по вулиці, і поряд з вами йде близька людина. Подивіться, хто це? Як вона виглядає, у що одягнена? Ви берете її за руку і відчуваєте потиск її теплої надійної руки. Вам добре і затишно. Ви відчуваєте надійний захист і опору, разом вам нічого не страшно. Ви впевнено і сміливо крокуєте по весняній вулиці.

Раптом ви відпускаєте руку і весело біжите вперед, але не далеко. Зупиняєтеся, чекаєте свою рідну людину і знову берете за руку. Раптом ви чуєте незнайомий сміх, піднімаєте голову і бачите, що тримайте за руку чужу людину. Що ви відчуваєте?

Ви обертаєтеся і бачите, що ваш близька людина стоїть позаду і посміхається. Ви біжите до неї, щоб знову міцно взяти за руку. Ви йдете далі

разом, весело жартуючи над тим, що сталося. Вам знову добре і затишно.

А зараз настав час повернутися назад в цю кімнату, і коли ви будете готові, ви відкрийте очі. Повертайтеся.

Коментар психолога. Дозвольте вам дещо порекомендувати - візьміть за правило, перед сном посидьте біля ліжечка дитини хвилин 15-20 і поговоріть разом. Як пройшов день, що було доброго в цей день, а що змусило сумувати та хвилюватися. А потім обійміть дитину і скажіть, що ви її дуже любите і ніколи нікому не дозволите її скривдити. Розповідайте в такі моменти про своє власне дитинство, про те що було для вас важливо і цікаво. Це об'єднає і зближить вас з дитиною, а це дуже важливо для дитини. Ви створите своєрідний ритуал, якого з нетерпінням будете чекати щовечора.

8. Вправа «Що посієш»

Взяти три стакани з водою.

- У перший стакан нічого не наливаємо і залишаємо пустим.
- У другий - кидаємо землю і збовтуємо.
- У третій - кидаємо яскраві блискітки і збовтуємо.

Висновок – чим наповнюємо дитину, такою вона і буде (або лишимо незаповненою, пустою і вона не буде розвиватися, або «забруднимо» її, або допоможемо їй стати «золотою», розкрити кращі якості).

9. Вправа «Діти – наші квіти»

Мета: допомогти відчувати теплі почуття до дитини, усвідомити велику роль дорослого в процесі формування особистості дитини раннього віку.

Батькам роздаються вирізані з двостороннього кольорового паперу квітки, що уособлюють їхніх дітей, пропонується написати на пелюстках квітки, якими вони бажають бачити своїх дітей.

10. Рефлексія.

Психолог просить учасників дати відповіді на запитання:

- Чи корисною була наша зустріч?
- Що нового дізнались?
- Які рекомендації ви плануєте використовувати у вихованні своїх дітей?

Заключне слово психолога. Не чекайте і не сподівайтесь, що ваша дитина буде в точності такою, якою ви її хочете бачити. Такого не буває. Діти завжди йдуть своїм шляхом. Тому менше

думайте про те, якою ваша дитина має бути, а уважніше дивіться, яка вона є. Думайте, як їй допомогти, а не як її виправити.

Консультація для вихователів Адаптація дітей раннього віку до умов ДНЗ

Діти раннього віку - чарівні істоти. Вони діяльні, допитливі, щирі, кумедні. Спостерігати за ними - одне задоволення. Коли дитині добре і спокійно, вона швидко розвивається. Що ж для цього потрібно? Перш за все - забезпечити внутрішнє емоційне благополуччя малюка.

Однак під час вступу в дошкільний заклад у малюків відбувається ломка стереотипів: знайомої сімейної обстановки дитина потрапляє в незвичну середу дитячого садка. Чіткий режим дня, нові вимоги, інший стиль спілкування, постійний контакт з однолітками збігаються для дитини стресову ситуацію. Вікова незрілість системи адаптаційних механізмів призводить до психічного напруження, в результаті виявляються порушення в поведінці, емоційному стані, фізіологічних процесах.

Заклад дошкільної освіти – це новий період у житті дитини. Для нього це перший досвід

колективного спілкування. Нову обстановку, незнайомих людей не всі діти приймають відразу і без проблем.

Одні діти приходять у групу впевнено, уважно розглядають навколишнє, вибирають, чим їм зайнятися, і починають грати. Інші роблять це з меншою впевненістю, більше спостерігають за вихователем і виконують запропоновані їм дії. Треті проявляють по відношенню до вихователя негативізм, відхиляють всі пропозиції, бояться не тільки розлучитися, але і відійти від мами, багато і голосно плачуть. Чим же все пояснюється таке різне поведінку дітей?



Причини можуть бути різними:

- відсутність в родині режиму, що збігається з режимом дитячого закладу;
- наявність негативних звичок (смоктання соски, при укладання);
- невміння зайняти себе іграшкою;
- несформованість необхідних культурно-гігієнічних навичок і інші.

Проте головною і основною причиною такої поведінки є відсутність у дитини досвіду спілкування з дорослими і дітьми.

Навчити дитину вступати в спілкування з дорослими і дітьми - важливе завдання в процесі адаптації до дитячого саду.

У рамках організації і створення оптимальних умов для успішної адаптації дітей, розроблено цикл ігор - занять, спрямований на підвищення адаптаційних можливостей дитини шляхом формування в нього навичок спілкування з дорослими і однолітками.



Консультація для вихователів « Нові підходи до адаптації дітей раннього віку »

Кожному, хто працює в ДНЗ, відомо: початок навчального року – важка пора для дітей раннього віку, так як це період адаптації до нових умов. Малюк важко переносить розлучення з мамою, потрапляє в нове оточення, починає спілкуватися з чужими людьми. Важко і батькам, які бачать переживання свого малюка. Нелегко і персоналу групи: діти плачуть, просяться на руки, не дають працювати з іншими дітьми, а вихователю потрібно все встигнути зробити відповідно до режиму, хоч

на хвилинку заспокоїти малюка, дати іншим дітям відпочити від крику новенької дитини.

Період звикання дітей – безперечно складна проблема. Н.М. Аскаріна, одна із основоположників науки про раннє дитинство, неодноразово зверталася до питання адаптації дітей до умов ДНЗ, невпинно приводила один і той же приклад: садівник, бережно пересаджуючи молоде деревце, викопує його з частиною ґрунту, в якому воно росло, і потім з любов'ю доглядав за ним, поливав його, але приживаючись на новому місті, воно все рівно хворіє, листочки його в'януть. А ми безжалісно відриваємо дитину від мами, руйнуємо сталі стереотипи, оточуємо її чужим середовищем. Немало грамотних педагогів відгукнулися на цей відгук: були розроблений комплекс заходів рекомендацій, нових підходів до адаптації дітей до умов ДНЗ.

Відносно спокійно проходить адаптація дітей 3,5-4 років. В цьому віці дитина поступово виходить за рамки інтересів сімейного кола. На основі особистих симпатій у неї починають створюватися вибіркові взаємовідносини з ровесниками, їх ваблять «невідомі далі». Все це загладжує гостроту адаптаційного періоду. Удосконалення пам'яті, уваги, досить високий

рівень розвитку мови і пізнавальної активності дітей цього віку допомагають вихователю відволікти їх від переживання розлуки з сім'єю, зайняти цікавою діяльністю, налагодити контакт. Нічого такого ще немає у малюка з дев'ятимісячного віку і до 3-3,5 віку. Адаптаційний період цього віку переносять дуже важко. За статистикою, сьогодні до послуг ДНЗ батьки в основному звертаються, коли дитині виповниться 1,5-2 роки. Під час адаптації деякі діти відчують справжню паніку, коли чужий дорослий збирається виконати з ними які-небудь маніпуляції. Дитина відмовляється приймати їжу від чужого, коли той намагається нагодувати її. Коли дитина знаходиться в нервовому збудженні, вона не відчуває голоду та смаку їжі. Фактично протягом цілого дня дитина голодна. А годувати насильно не можна.

По-перше, навіть незначний кусочок картоплі, або моркви може завадити ковтанню, по-друге, у дітей може бути вибіркове відношення до окремих продуктів харчування, наприклад до цибулі; по-третє, можна ненароком надавити ложкою на язик, викликавши неприємне відчуття і навіть блювання.

За характером поведінки під час поступання в дитячий садок дітей умовно можна розділити на три групи.

Перша група. Більшість дітей негативно та різко виражають своє відношення до того, що відбувається; голосно плачуть, падають на підлогу, кусаються, щипають тих, хто поруч тощо. Діти такої групи звикають протягом 20-30 днів.

Друга група – небагато чисельна, дві-три дитини, які після розлучення з мамою зачиняються в собі, тримаються насторожі. В них вистачає сили тільки на те, щоб зробити декілька кроків від порога і забутись в куток, спиною до стіни, дивлячись в одну точку. Такі діти мовчать, не реагують на будь-яку пропозицію, відвертаються від того, хто хоче з ним поговорити. Нагодувати таку дитину чи висадити на горщик дуже важко. Адаптація таких дітей триває 2-3 місяці і проходить дуже важко.



У третю групу можна виділити комунікативних, активних у спілкуванні малюків. Вперше переступивши поріг групи, така дитина починає з усіма спілкуватися та бере ініціативу в свої руки. Вся її енергія направлена на презентацію себе як особистості. Такий малюк поспішає розповісти все про себе, свою сім'ю, свої іграшки та все, що в нього є вдома. Така іділія триває не більше 2-3 днів, на більше в нього не вистачає інформації. Характер та тривалість адаптації залежить від життєвого досвіду малюка. Діти із багатодітних сімей, діти, яких залишали на декілька днів з родичами, сусідами, діти, які проживають в гуртожитках, комунальних квартирах, адаптуються швидше, ніж ті, які живуть

сімейним світом, відгородившись від всіх, які живуть в котеджах за містом і мало спілкуються з іншими людьми, які живуть в неповних сім'ях і спілкуються лише з мамою. Проходить час (у кожного свій) і адаптаційний період закінчується. Перші позитивні зрушення можна відмітити і в емоційній сфері. Дитина швидко заспокоюється після розлучення з мамою, все рідше плаче протягом дня. А згодом повністю перестає плакати. Щоб період адаптації до дитячого садка пройшов швидше і спокійніше, можна використовувати різні методики та прийоми. Перш за все необхідно створити природне, стимулююче середовище, в якій дитина почуває себе комфортно і захищено, проявляє творчу активність.



Я хочу познайомити вас з досвідом використання в цей період методу «пісочної терапії».

Ігри з піском - це виявлення природної активності дитини. Перший контакт дітей один з одним відбувається в пісочниці. Саме тому природно використовувати пісок під час корекційних, розвивальних та навчальних занять. Пісок є прекрасним психо-профілактичним засобом. Пісок має специфічну властивість «заземлювати» негативну психічну енергію, стабілізувати емоційний стан.

Ідею «терапії піском» була запропонована ще швейцарським психологом та філософом Карлом Густавом Юнгом (1875 -1961), основоположником аналітичної терапії. Спостерігаючи за іграми дітей в пісочниці, ми бачимо, як позитивно впливає пісок на їх емоційне самопочуття, є прекрасним засобом для розвитку та самореалізації дитини.

Перш за все необхідна «пісочниця». Вона може бути будь-якої форми, але для корекційних занять перевага надається круглій або квадратній формі: ця форма на підсвідомому рівні покращує процес інтеграції особистості. Внутрішня поверхня повинна бути пофарбована в голубий або синій колір – дно символізує воду, а боки – небо.

Такі заняття проводяться за підгрупами (3-4 дитини) та індивідуально, тому діаметр такої пісочниці - 80 см.

Пісок використовується чистий, просіяний (можна навіть прокалити в духовці). Ним заповнюють меншу частину ящика. Можливі варіанти з вологим піском.

Пісочниця є привабливим середовищем для здійснення казково терапевтичного підходу. Тому для цього необхідно набір предметів (до 8 см): персонажі казок, рослин, будинків, предметів домашнього вжитку. Ця колекція поповнюється.

Пісочниця – прекрасний посередник для встановлення контакту з дитиною. І якщо дитина ще погано говорить і не може розказати дорослому про свої переживання, то в іграх з піском все становиться можливим.

Всі ігри з піском умовно можна розділити за трьома напрямками:

- навчальні (вони полегшують процес навчання дитини);
- пізнавальні (з їх допомогою пізнається багатогранність нашого світу);

Проективні (через них здійснюються психологічна діагностика, корекція і розвиток дитини).

Такі різні ігри сприяють стабілізації емоційного стану, що особливо важливі в перші дні адаптації в дошкільному закладі.

Відбитки наших рук. Поверхня піску рівна, пісок вологий. Діти роблять разом з вихователем по черзі відбитки рук на вологому піску (кулачків, пальчиків тощо), сліди по поверхні піску (як їде машина , повзе змія, скаче зайчик); пройти почергово кожним пальчиком правої та лівої руки (потім двома пальчиками одночасно).

Цінність цих вправ в тому, що разом з розвитком тактильно-кінестичним відчуттям і дрібною моторикою ми вчимо говорити про свої відчуття, розвиваємо мову, пам'ять, увагу, самостійність, ініціативність.

Перелік використаних джерел:

1. Таємниці адаптації. Психологічні особливості дітей дошкільного віку. Третій рік життя [Текст] / авт.-уклад. О. С. Нуреева, З. І. Шейнфельд. — Х.: Вид. група «Основа»
2. Волосова Е. Розвиток дитини раннього віку (основні показники). - М.: Лінка-Прес, 1999.
3. Клокар Н. І. Організаційно – методичні аспекти роботи працівників психологічної служби з батьками / автори-укладачі А.В. Аносова, Н.А. Максимова, Л.А. Петушкова / за редакцією Клокар Н. І. // Вісник психологічної служби Київщини. Випуск 4. м. Біла Церква: КОПОПК, 2011. – 184 с.
4. Піклуємось разом. Робота з батьками дошкільників. Л.С.Сухарева. - Х.: Вид. група «Основа»
5. Роньжина А.С. Заняття психолога з дітьми 2-4х років в період адаптації до дошкільного закладу. - К: ТОВ «Національний книжковий центр», 2012. - 72с.
6. Інтернет – ресурси
7. Сидоренко Л. Виховуємо разом з батьками.// Сидоренко Л. // Початкова освіта, №12,2009
8. Демченко О. Тренінгові заняття для батьків. /Демченко О. // Психолог. – 2008.- №15.- С. 18-22
9. Калуська Л. В. Родинне сонцеколо. Методичний poradник для роботи з батьками / авт.-упор. Калуська Л. В. — Тернопіль : Мандрівець, 2006. — 140 с.

