

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Когалыма «Чебурашка»

Заседание №1
семейного клуба «Заботливые родители»
«Интересуетесь - отвечаем»

Когалым, 2019

Семейный клуб «Заботливые родители»

Заседание №1

Тема: «Интересуетесь – отвечаем»

Цель: создание эмоционально-положительного настроя на совместную работу, снятие барьеров в общении и переход к открытym, доверительным отношениям.

Задачи:

- знакомство с родителями воспитанников группы раннего возраста;
- создание благоприятной атмосферы в группе, установление доброжелательных отношений и сплочение участников;
- обогащение знаний родителей по вопросу «Особенности адаптации детей к ДОУ»;
- обмен необходимой информацией для успешного пребывания ребенка в детском саду;

Оборудование: мультимедийное оборудование, расставленные полукругом стулья.

Предварительная работа:

Форма проведения: практикум.

Участники: родители, педагог-психолог, воспитатель.

Ход заседания

Уважаемые родители! Мы очень рады всех вас видеть! Вы сейчас вступаете в важный период вашей жизни и жизни вашего ребенка – он идет в детский сад. И для того, чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать побольше об особенностях этого сложного периода.

Для каждого родителя именно его ребенок самый лучший, самый умный. Но вот его отдают в детский сад. Естественно, у мамы с папой возникают первые переживания, связанные с садом. А как ребенок привыкнет? Понравится ли ему?

Обычно период адаптации детей к условиям ДОУ не превышает двух месяцев. Но для того, чтобы он прошел без лишних потрясений, мы все должны постараться максимально избавиться от травмирующих их факторов.

Что же для этого нужно?

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребенок идет в детский сад, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошел в садик».

2. В уголке для родителей висит листок режима дня ребенка. Это еще один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большей степени с режимом ДОУ:

- завтрак 8-9 утра;
- обед 12-13 часов;

- он с 13 до 15 часов; полдник в 16 часов, у
- кладывание на ночь не позднее 21-22 часов.
- Постараться, чтоб ваш ребенок был приучен к горшку.
- Отлучен от соски.

И стараться максимально придерживаться этого режима.

1. Игра «Большой ком достоинств»

Цель: установить доброжелательные отношения, сплочение участников, знакомство.

Инструкция участникам: Чтобы лучше узнать Ваших детей, предлагаю каждому по очереди назвать имя своего ребёнка и любое качество (прилагательное), которое максимально полно его характеризует. Следующий участник называет имя и прилагательное ребёнка предыдущего участника и затем своего ребёнка и т.д. по кругу. Завершают игру педагог-психолог и воспитатель, перечисляя всех. Участники начинают с фразы «В группу «Зайка» пришла... (Арина непоседливая, напр.)

2. Теоретическая часть.

Педагог-психолог. Особенности протекания адаптации к ДОУ у детей раннего возраста. Чем родители могут помочь ребёнку. (ПРИЛОЖЕНИЕ 1)

3. Тренинговая игра.

На столах лежат игрушки. Предложить родителям поиграть в эти игрушки.
Анализ работы в группах:

- Что вы испытывали, выполняя это задание?
- Легко ли было?

Вывод: Дети, приходя первый раз в детский сад, так же как вы не могут сразу начать играть, им сложно, они оторваны от родителей, от знакомой обстановки, от любимых игрушек.

4. Игра «Мешочек вредных и полезных фраз»

Цель: обогащение знаний родителей в области детской психологии.

Материал: мешочек, распечатанные фразы, игрушечная мусорная урна.

Инструкция: В мешочке собраны различные фразы, которые родители зачастую употребляют в общении с ребёнком. Предлагаю передавать мешочек по кругу, каждый участник по очереди будет доставать фразу, зачитывать её вслух и высказывать своё мнение – нужно ли говорить ее детям. В обсуждении могут принимать участие все желающие. Если фраза оказывается полезной, то родитель оставляет её себе и обещает чаще говорить её своему ребёнку, а если вредной- рвёт и выбрасывает в игрушечную мусорную урну.

Список фраз (ПРИЛОЖЕНИЕ 2.)

4. Упражнение «Сундучок пожеланий»

Цель: сплочение родителей и воспитателя, установление доверительных отношений.

Материал: сундучок, фломастеры, небольшие листы бумаги.

Инструкция: Я прошу Вас написать и сложить в этот сундучок то, что бы Вы хотели пожелать, попросить, напомнить воспитателям.

После того как все родители написали свои пожелания - по очереди встают, зачитывают и складывают их в сундучок. Воспитатель обещает всегда помнить о них.

5. Завершающее упражнение «Волшебный клубок».

Цель: настроить родителей на совместные цели.

Материал: клубок с нитками, спокойная музыка.

Инструкция: Предлагаю каждому из Вас по очереди намотать на палец нить и ответить на вопрос: Какими Вы хотите увидеть своих детей здесь в подготовительной группе?

Итог: Посмотрите, пожалуйста, каждый из нас соединён ниточкой, которая нас будет связывать на протяжении 6 лет. То, насколько она окажется прочной, зависит от участия каждого. Давайте сделаем всё возможное для счастья и здоровья детей!

Раздача памяток. (Приложение 3)

Просмотр видео- и фотоматериалов первых дней жизни в детском саду.

Особенности протекания адаптации к ДОУ у детей раннего возраста. Чем родители могут помочь ребёнку.

Что такое адаптация

Адаптация — процесс вхождения ребенка в новую для него среду. Это приспособительная реакция, основанная на инстинкте самосохранения, что предполагает избегание опасных, неблагоприятных для индивидуума ситуаций. Часто процесс адаптации сопровождается болезненным привыканием к новым условиям.

Строгий режим дня, отсутствие родителей в течение длительного времени, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, которое таит в себе много неизвестного, другой стиль общения — все это создает для ребенка стрессовую ситуацию и может вызвать у него защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими. У ребенка появляется торможение, возникают ориентировочные реакции, напряженное состояние, он попадает под целый комплекс воздействий. Возникает **синдром адаптации** — неспецифическая реакция защиты (страх, отрицательные эмоции и т. п.), вызываемая воздействием разнообразных внешних раздражителей, стрессоров. Сочетание отрицательных симптомов вызывает «тоску по дому» — так называли адаптацию в прошлом (это состояние было описано еще в 1848 г.).

Период привыкания ребенка к новым социальным условиям делится на **три этапа**:

1. Острый период, или период дезадаптации, — характеризуется рассогласованием между привычными поведенческими стереотипами и требованиями новой микросоциальной среды. В это время наиболее выражены изменения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, в речевой активности, игре, появляются изменения в деятельности нервной системы.

2. Подострый период, или адаптация, — ребенок активно осваивает новую среду, вырабатывая соответствующие ей формы поведения. Постепенно уменьшаются изменения в деятельности разных систем — это происходит не синхронно. Прежде всего, нормализуется аппетит (в течение 10–15 дней), но продолжительны нарушения сна и эмоционального состояния, медленнее развиваются игра и речевая активность (40–60 дней).

3. Период компенсации, или адаптированности, — нормализуются все регистрируемые показатели.

В зависимости от характера и особенностей протекания первых двух периодов выделяются легкая, средняя и тяжелая **степени адаптации**.

Легкая степень — к 20-му дню пребывания в ДОО нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам

идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень — к 30-му дню пребывания поведенческие реакции восстанавливаются, несколько замедляется нервно-психическое развитие, снижается речевая активность. Заболеваемость — до двух раз сроком не более 10 дней, без осложнений, но с некоторым снижением веса.

Тяжелая степень — поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1–2 квартала. Респираторные заболевания более трех раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение двух кварталов.

Что характерно для поведения ребенка в период адаптации

- В период адаптации к ДОО ребенок подвержен частым простудам.
- ребенок может разучиться о себе заботиться: самостоятельно есть, умываться, мыть руки, одеваться и раздеваться, пользоваться салфеткой и носовым платком.
- в речи начинают превалировать глаголы, существительных и прилагательных становится гораздо меньше. Ребенок говорит односложными предложениями, кратко, может забыть многие слова.
- угасает познавательная деятельность
- проблемы со сном и аппетитом.
- отрицательные эмоции.

Чем могут помочь родители?

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде, не пугайте детским садом.
2. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.
3. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Больше телесного контакта - чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!
4. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы.
5. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания, а также ритуал встречи.
6. Старатесь не посещать многолюдных мест – цирка, шумные мероприятия .
7. Разговаривайте, играйте в детский сад как можно больше.
8. Заостряйте внимание на схожих моментах в детском саду и дома.
9. Наблюдайте за различными объектами в детский сад.

В период адаптации дети ведут себя по-разному: некоторые начинают плакать при виде детского сада, а иногда еще дома, цепляются за родителей – это демонстрация своего протesta родителям;

И это очень хорошо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «равнодушные» дети, ведь они все переживания держат в себе. Ребенок плачет – и успокаивается эмоционально, он дает «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают детский сад с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

есть дети, которые с первого дня хорошо идут в детский сад, однако через несколько дней у них начинаются истерики и продолжаются длительное время.

Психологи разделяют адаптацию на три степени:

1 – 16 дней - легкая адаптация

20-40 дней – адаптация средней тяжести

от 40 до 64 дней – тяжелая адаптация

Легкая адаптация - к 20-му дню пребывания в ДОУ нормализуется сон, ребенок нормально ест не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

Список фраз к упражнению «Мешочек вредных и полезных фраз»

1. Застегни куртку, а то простудишься!
2. Если не будешь есть свой суп, то никогда не вырастешь
3. Раз ты так себя ведешь, я тебя не люблю
4. Отойди, у тебя не получается.
5. Вот пойдёшь в садик, там тебя научат (кушать, одеваться и т.д.).
6. Не будешь слушаться, сейчас в садик отведу.
7. Будешь капризничать – не заберу из детского сада.
8. Я так рада за тебя!
9. Мне очень приятна твоя помощь.
10. Тебе помочь?
11. Я очень по тебе соскучилась за весь день.
12. Желаю тебе удачного дня.
13. Ты так здорово с этим справляешься
- 14.** Я люблю тебя, даже когда ты далеко от меня. Моя любовь всегда с тобой
15. "Будешь так орать, я заберу последним"
16. Ты один такой, все дети как дети, в сад идут спокойно
17. Пойдёшь в садик, вот там тебя и научат кушать!!! (одеваться и т.д.).
18. Маша в твоем возрасте уже стихи рассказывала (читала, играла на скрипке и т.д)
19. Не расстраивайся из-за ерунды!
20. Возьми, только успокойся!

Советы родителям

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по разному. Но привыкание к детскому саду – это так же и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка.

Никогда не говорите фразы типа: «*Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут*».

По утрам, когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день.

Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка!

В данный возрастной период ваших детей работа психолога, то есть моя работа, больше направлена на сотрудничество с родителями и педагогами. Поэтому, если у вас возникнут какие-то индивидуальные вопросы по поводу вашего ребенка, пожалуйста, обращайтесь, мой кабинет на 3 этаже, или передайте свое желание встретиться через воспитателя, чтобы я назначила время консультации.

Желаю вам успехов в воспитании! Всего доброго!