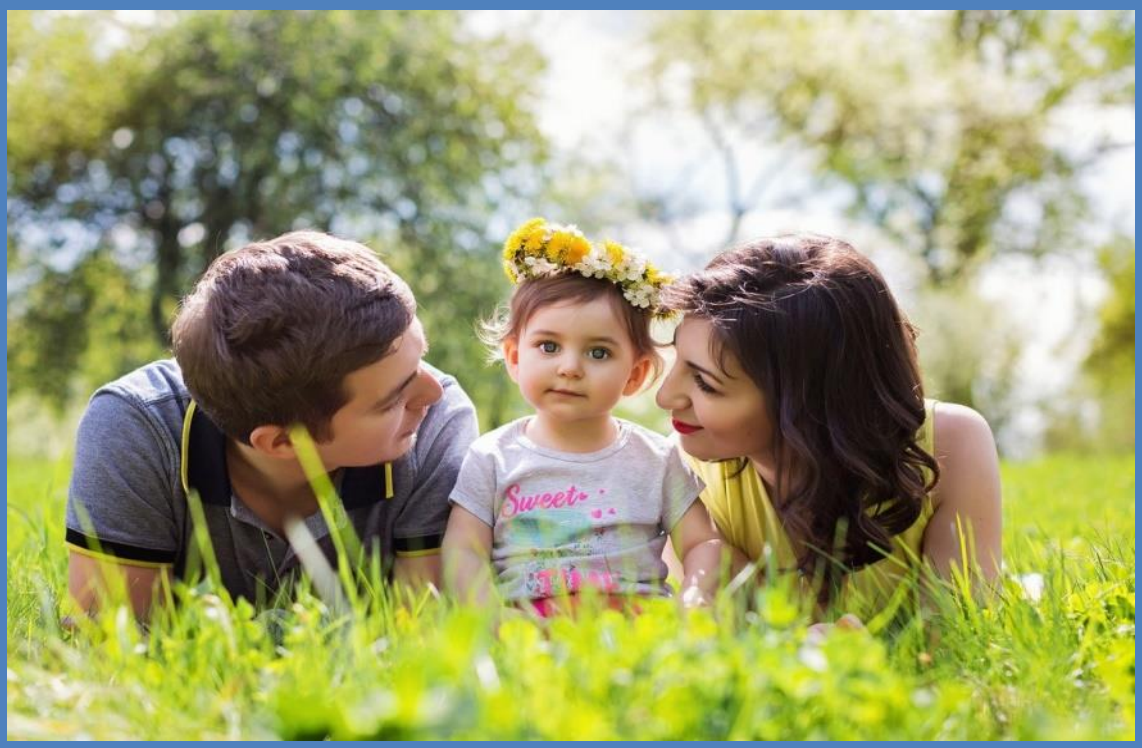
МБДОУ д/с №52

г.Ставрополь, ул. Доваторцев, 23

ДНЕВНИК РОДИТЕЛЕЙ



Пособие для успешной адаптации ребенка к условиям образовательного учреждения

Заходя в детский сад - улыбнитесь!

Занесите искринку добра!

В мир фантазий детей окунитесь

В нём так много уюта, тепла!

Пусть не будет здесь ссор и ворчанья,

Ведь дела можно миром решить!

Нам от Вас нужно лишь пониманье,

Будем вместе детишек растить!!!

Содержание

Пояснительная записка.
1. **Режим дня ребенка дома.**
2. Меню в саду: правильный рацион.
3. **Питание ребенка дома.**
4. Эмоциональное развитие ребенка в детском саду.
5. **Эмоциональное развитие ребенка дома.**
6. Самообслуживание ребенка в детском саду
7. **Самообслуживание ребенка дома.**
8. Адаптация ребенка к детскому саду в условиях дома.
9. Что делать, если ребенок начал ходить в детский сад.
10. Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями.
11. **Анкета «Мой ребенок».**
12. **Родительское сочинение.**
13. **Анкета «Адаптация»**

Уважаемые родители! Пункты, которые выделены жирным шрифтом, необходимо заполнить и сдать воспитателям.

Не только ребенок должен адаптироваться к условиям детского сада, но и образовательное учреждение обязано адаптироваться к личности малыша, строить воспитательный процесс с учетом характера ребенка, возможных проблем со здоровьем, ранее выработанных привычек, потребностей. Ваша работа в пособии для нас очень важна. Мы лучше узнаем индивидуальные особенности ребенка и сможем вовремя оказать необходимую для него помощь.

Какой бы успешной не была ваша карьера,
какой важной ни была ваша работа,
каких бы достижений вы не добились,
воспитание счастливого ребенка
не сравнится ни с чем..."

Мириам Стоппард

Пояснительная записка

Переход к новым условиям организации жизни для маленького ребенка зачастую сопровождается определенными трудностями и для него самого и для родителей и для воспитателей. Особенно адаптационный период сложно протекает у тех детей, у которых домашние условия жизни во многом отличаются от условий в образовательном учреждении (режим дня, питание, самообслуживание и т.д.) Дневник дает возможность подготовить ребенка к адаптационному периоду и, без резких изменений в жизни малыша, плавно перейти от домашний условий к условиям детского сада. Замечено, что характер и длительность адаптационного периода зависят не только от возраста ребенка, состояния его здоровья, уровня развития, индивидуальных особенностей, но и от степени подготовленности малыша к детскому саду. Предлагаем родителям психолого-педагогическое сотрудничество для того, чтобы поделиться своим опытом и перенять опыт родителей в целях успешной адаптации ребенка к условиям образовательного учреждения.

Режим дня - это рациональная продолжительность и четкое чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психологическим особенностям ребенка.

Режим дня ребенка дома.

Задание для родителей:

Напишите режим дня ребенка дома, проанализируйте разницу во времени между режимными моментами. Постепенно переводите ребенка на режим детского сада.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Меню в саду: правильный рацион

Снижение аппетита - проблема, с которой сталкиваются родители, когда их ребенок идет в детский сад. Чтобы она не переросла во что-то серьезное, родителям нужно помочь адаптироваться малышу к новым условиям.

Согласится ли малыш кушать в детском саду? Это зависит не только от обслуживающего персонала дошкольного учреждения, но и от родителей. Причин тому, что малыш в первые дни отказывается от еды, может быть несколько: напряженное эмоциональное состояние ребенка, непривычные блюда, неумение есть самостоятельно. Поэтому, готовясь к посещению детского сада, стоит заранее подумать об этой проблеме.

Как подготовить малыша к питанию в детском саду.

Для начала нужно приблизить домашний режим питания к детсадовскому. В дошкольных учреждениях, как правило, завтрак - в 8:30; обед в 12:00 - для младших дошкольников и в 12:30 - для детей 5-7 лет; полдник - в 15:30. Ужинают дети дома. Оптимальное время для ужина - 19:00. Перед сном ребенку рекомендуется второй легкий ужин, он может состоять из кефира с булочкой.

Если время кормления ребенка не совпадает с детсадовским, то переходить на новый режим питания нужно постепенно, так, чтобы для малыша перемены в обычном распорядке дня не были сильно ощутимы. Ребенок тяжело отвыкает от сложившегося стереотипа. При резкой смене графика кормления малыш может отказаться от еды; ведь чувство голода наступает в привычные часы, а спустя некоторое время аппетит у ребенка угасает. Лучше всего время кормления сдвигать постепенно на 10-15 минут и начинать это, как минимум, за 2 месяца до того, как ребенок пойдет в садик.

Сложнее в детском саду приходится тем детям, родители которых вообще не придерживались никакого распорядка дня. В таком случае режим питания необходимо установить сразу же по поступлению ребенка в дошкольное учреждение. Детсадовского режима питания следует придерживаться до школы.

Не перекармливайте малыша!

В детском саду объем предлагаемых ребенку блюд нормирован. Объем пищи рассчитывается с учетом возраста дошкольника. Так, суточное потребление продуктов в граммах для детей составляет:
1,5-3 лет - 1400-1750 г;
3-7 лет - 1700-2300 г.

Строго соблюдаются и объемы блюд, предлагаемых на каждое кормление. Нередко мамы, считая, что их ребенок недоедает, дают ему значительно больше пищи,

чем может усвоить его желудок. Дома такие дети кушают реже, часто отказываются от еды, поэтому, возможно, в саду они будут испытывать чувство голода. В течение дня малыш должен получать столько пищи, сколько требуется его организму. Накладывая в тарелку для крохи очередную порцию, учитывайте его возраст. Тогда объем получаемой ребенком пищи в саду и дома не будет сильно отличаться.

Постепенно отучайте малыша от еды между кормлениями: ведь приносить съестное в детский сад не разрешается. Рацион питания ребенка составляйте с учетом меню детского сада.

Ежедневно в рацион малыша включайте мясо, хлеб, овощи, фрукты, соки или витаминные напитки. Не следует предлагать одни продукты чаще других. Если у ребенка сформировано стойкое предпочтение каких-то одних продуктов, то ему будет значительно труднее приспособиться к новой кухне. В возрасте от 1,5 до 3 лет, рацион питания малыша должен быть уже довольно разнообразным. Ребенок должен знать, что такое супы, борщи, пюре, компоты и прочее. Ваш малыш не откажется от них в детском саду, если привык к подобной пище дома.

Придерживайтесь и некоторых правил в готовке. Блюда в детском саду нежирные; в основном готовятся на растительном масле. Не злоупотребляйте соусами, майонезом, пряностями, специями. После подобных приправ желание есть простую пищу у ребенка пропадет. Если во взрослой кухне имеются такие блюда, то для малыша лучше готовить отдельно.

Научите ребенка кушать самостоятельно.

Одна из причин отказа детей от еды в детском саду - неумение пользоваться вилкой или ложкой. Если малыш после 1,5 лет все еще ест с вашей помощью, постепенно приучайте его к самостоятельности. Задолго до детского сада он должен перестать получать еду из бутылочки. Ребенок, пришедший в детский сад, должен уметь пользоваться ложкой и вилкой, аккуратно пить из чашки. Замечено, что дети, которые без помощи взрослых могут элементарно обслужить себя (поесть, умыться, одеться и пр.), значительно быстрее адаптируются к условиям дошкольного учреждения.

Воспитатели отмечают, что новички едят довольно медленно и выходят из-за стола последними. В процессе еды их многое отвлекает. Поэтому дома питаться за общим столом ребенок должен с двух лет. Кроме того, обед или ужин в детском коллективе до поступления в детский сад будет для ребенка неплохим опытом.

Обращайте внимание на то, как долго ребенок находится за столом. В детском саду кормление занимает не более 30 минут. Еще дома малыш должен научиться завершать еду за это время.

Особенно много проблем с питанием в первые дни посещения детского сада возникают у детей младшего дошкольного возраста. Родителям этих детей следует более внимательно отнестись к нашим рекомендациям и не забывать о психологической подготовке ребенка к саду, ведь эмоциональное состояние, как известно, влияет на

аппетит.

С вопросами о питании малыша хорошо бы обратиться к медсестре или заведующей выбранного вами детского сада. Они вам расскажут о специфике данного учреждения.

Первый день - он трудный самый.

Первые дни пребывания ребенка в детском саду - самые тяжелые. Незнакомый коллектив, отсутствие мамы, смена привычного уклада жизни... Все это сказывается на эмоциональном состоянии малыша. Как следствие, снижается аппетит, а у детей ранимых, с неустойчивой нервной системой он может и вовсе отсутствовать. Мало того, ребенок может отказываться от еды не только в детском саду, но и дома. Поэтому питанию малыша в первые дни посещения им детского сада следует уделять больше внимания. Специалисты советуют в этот период дома готовить для крохи более питательные, обогащенные витаминами и минеральными веществами блюда. Вместо привычных макарон и каш, следует чаще готовить салаты и овощные блюда.

Обязательно в рацион малыша следует включить фрукты, соки (лучше свежевыжатые), кисломолочные напитки. Чтобы восполнить потребность организма в витаминах и минеральных веществах, рекомендуется давать ему витаминные препараты.

Откажитесь на время от поощрений за хорошо проведенный в детском саду день: типа чипсов, шоколада и прочих сладостей. Они не обладают высокой питательной ценностью и, кроме того, перебивают аппетит ребенка, так, что он может отказаться от полноценного ужина дома.

А вот завтраком в первые дни ребенка лучше кормить дома, предупреждая воспитателя о том, что он уже поел.

Всегда интересуйтесь тем, как ребенок кушал в течение дня. Обращайте внимание на меню в детском саду. Продукты, бывшие в дневном рационе ребенка, за ужином лучше не повторять.

Питание ребенка дома

Задание для родителей:

Напишите основные меню для ребенка дома. Сравните с теми блюдами, которые ребенок будет получать в детском саду. Постепенно приучайте малыша к тем блюдам, которые вы ему еще не предлагали.

Эмоциональное развитие ребенка в детском саду.

Жизнь без эмоций также невозможна, как и без ощущений.

Эмоции - особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результат его практической деятельности. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы. Это так называемые "чистые" эмоции. Они включены во все психические процессы и состояния человека. Любые проявления его активности сопровождаются эмоциональными переживаниями. У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, не пользуясь речью, узнаем о состоянии друг друга и лучше настраиваемся на совместную деятельность и общение. Жизнь без эмоций так же невозможна, как и без ощущений. В результате эволюции человека эмоции возникли как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей.

В последние годы происходит активное реформирование системы дошкольного воспитания: появляются новые программы, разрабатываются оригинальные методические материалы, которые построены с учетом закономерностей эмоционального развития дошкольника.

В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера качественно не развивается. Её необходимо развивать.

Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться с взрослыми, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень актуально и важна.

Если ребенок будет уметь управлять своим эмоциональным состоянием, это будет являться важнейшим условием дружественного и плодотворного общения с окружающими. Т.е., если дети будут уметь контролировать свои эмоции и будут уметь общаться с окружающими, создастся в группе особая эмоциональная атмосфера, которая благотворно действует на психику ребенка.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ДОМА

Задание для родителей: напишите, когда вашему ребенку:

грустно-

радостно -

страшно -

интересно -

весело -

Самообслуживание ребенка в детском саду.

Одна из причин отказа детей от еды в детском саду неумение пользоваться ложкой. Если малыш после 1,5 лет все еще ест с вашей помощью, постепенно приучайте его к самостоятельности. Ребенок, пришедший в детский сад, должен уметь пользоваться ложкой и вилкой, аккуратно пить из чашки. Замечено, что дети, которые без помощи взрослых могут элементарно обслужить себя (поесть, умыться, одеться и пр.), значительно быстрее адаптируются к условиям детского сада.

Позаботьтесь о том, чтобы одежда ребенка была максимально простой и удобной, без лишних застежек и пуговиц, обувь на липучках или на молниях.

Развивайте у ребенка культурно-гигиенические навыки: мыть руки перед едой, после загрязнения, насухо вытирать лицо и руки полотенцем; вытирать нос, пользоваться горшком, вытирать ноги у входа, опрятно есть, пользоваться салфеткой.

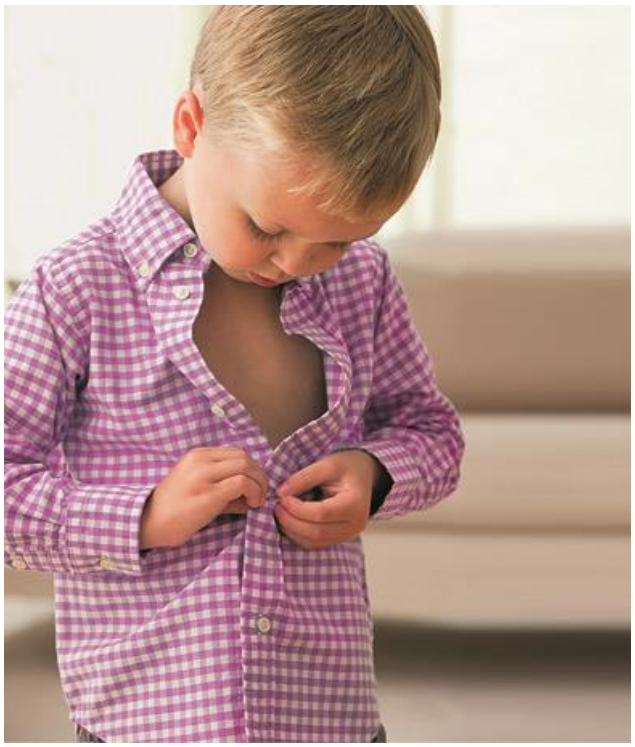
Самообслуживание ребенка дома

Дома организуйте место для верхней одежды так, чтобы оно было доступно малышу, и он сам мог самостоятельно после прогулки вешать свои вещи. Не делайте этого за ребенка, но наблюдайте за выполнением требования, помогайте ему, напоминайте, хвалите за то, что он сам, без напоминания убирает свою одежду на место.

Перед сном поставьте рядом с кроваткой ребенка стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать ее на стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Поощряйте, используйте игровые приемы. Не торопите ребенка, сохраняйте спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных упражнений.

Задание для родителей: напишите, что умеет делать Ваш малыш, а что ему еще не удается.

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____



Адаптация ребенка к детскому саду в условиях дома

Одни дети в первые дни прихода в детский сад ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут. Некоторые дети с приходом в детский сад отказываются играть, общаться, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя как «рыба в воде»?

Отрыв от дома и родителей, встреча с новыми взрослыми, детьми могут стать для ребенка серьезной психологической травмой. Малыш может это воспринять как отчуждение, лишение родительской любви, внимания, защиты. Иногда маленький ребенок, которого мама оставила первый день в детском саду может встретить ее агрессивно, некоторые при встрече с мамой начинают плакать, тем самым, показывая как им было тяжело, другие – капризничают. «Мастерская слова» у малыша еще бедна и он не может иначе высказать свое отчаяние, как только через проявление отрицательных эмоций. Очень важно, чтобы этот переход, от домашних условий к условиям детского сада, был плавным, мягким, не травмирующим психику ребенка. Многое здесь зависит и от родителей. Поэтому, прежде чем отдать ребенка под опеку воспитателей детского сада, необходимо провести соответствующую подготовку малыша, проанализировать систему семейного воспитания, индивидуальные особенности вашего ребенка. Если малыш часто болеющий, из семьи, в которой доминировала гиперопека со стороны взрослых, заласканный, занимающий центральное место в семье, тревожный, то, возможно, адаптационный период у ребенка будет трудным. Чтобы избежать таких последствий, родителям необходимо учитывать, что адаптация – это не только процесс привыкания ребенка к детскому саду, но и выработка умений, навыков малыша в повседневной жизни, которые лучше всего развиваются в игре.

И еще раз напоминаем вам, уважаемые родители, о важности положительного настроя в адаптационный период. Каждый раз, приводя ребенка из детского сада, настраивайте малыша на предстоящий день:

- Как хорошо, что ты смог побыть сам, без мамы. Завтра мы с тобой снова ненадолго расстанемся, а потом, как нам радостно будет, когда мы снова с тобой встретимся!

Говорите это , в присутствии ребенка, всем родным:

- Вот молодец Саша, он сегодня смог ненадолго остаться без мамы и не плакал совсем!

Таким образом, играя с малышом, настраивая его, вы создаете положительное отношение ко всем режимным моментам детского сада, развивая умения и навыки, соответствующие возрастным возможностям ребенка и тем самым ускоряете и облегчаете протекание адаптационного процесса. Проигрывая с малышом все то, что ребенок будет делать в детском саду, вы создаете у него положительную установку, положительное впечатление об образовательном учреждении. Очень важно создать представление малыша о детском саде как об источнике тепла, доброты, внимания и любви, только тогда мы сможем увидеть улыбку малыша в период адаптации.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НАЧАЛ ХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ САД

Период начала систематического посещения детского учреждения очень сложен для каждого ребенка. Е.О.Смирнова отмечает, что врачи и психологи различают три степени адаптации ребенка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжелую. При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается на 1-2 недели. Острых заболеваний не возникает. Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым. Тяжелая адаптация приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. Могут замедляться темпы развития.

Для того чтобы сделать процесс адаптации менее болезненным, необходимо, чтобы родители и сотрудники детского сада поддерживали тесный контакт

Желательно, чтобы родители знали: даже если ребенок легко и быстро привык к детскому, не следует оставлять его здесь на 8-10 часов. Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие его взрослые, дети, обстановка, пища, - очень хотелось бы, чтобы воспитатели к моменту прихода ребенка в группу знали как можно больше о его привычках.

Е.О. Смирнова фиксирует внимание взрослых на том, что обычно дети, впервые поступившие в детский сад, заболевают ОРЗ на 5-7 день. Поэтому родителям лучше сделать перерыв и с целью профилактики заболевания не водить ребенка в детский сад с 4 по 10 дни. В первые дни и недели посещения детского сада, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, родители должны поддерживать дома спокойную обстановку, не перегружать ребенка новой информацией, не посещать многолюдные места и не принимать дома шумные компании.

Задача родителей в это время – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

ИТАК:

- **Установите тесный контакт с работниками детского сада.**
- **Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.**
- **Не оставляйте ребенка в детском саду более чем на 8-10 часов.**
- **Сообщите воспитателям о привычках вашего ребенка.**
- **С 4 по 10 день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.**
- **Поддерживайте дома спокойную обстановку.**
- **Не перегружайте ребенка новой информацией.**
- **Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ ПРИ РАССТАВАНИИ С РОДИТЕЛЯМИ.

Современные родители, прочитавшие множество книг по психологии, начинают готовить ребенка к приходу в ясли задолго до этого события. С ребенком гуляют во дворе, чтобы развить навыки общения, приглашают к нему в гости сверстников, рассказывают, как хорошо живут дети в детском саду. И малыш на вопрос взрослых, хочет ли он пойти в детский сад, с радостью улыбается и кивает. Но когда ребенок оказывается в незнакомой обстановке, когда он видит, что мама скрылась за незнакомыми дверями, что его окружают незнакомые тети, а какие-то дети трогают и рассматривают его, он приходит в отчаяние, следствием которого могут стать просто слезы или истерика. Подобное состояние может продолжаться и день, и два, и неделю…

Бывает и по-другому. Если малышу нравится общаться с взрослыми и детьми, он легко и непринужденно прощается в первый день с мамой и, смело, взяв воспитателя за руку, без колебаний входит в группу. Он полон ожиданий, он не подозревает даже, что вместо сюрпризов его ждут разочарования. Он хочет играть в кубики, а его одевают и ведут гулять. Он хочет спать, а его сажают за стол. Он хочет взять машинку, а ее отнимают другие дети…. А главное – нет рядом мамы, некому пожаловаться, не у кого потребовать желаемое. И тогда уже на следующий же день ребенок вряд ли с восторгом пойдет в детский сад. Скорее всего, он будет плакать, и прижиматься к маме.

К счастью, не все дети так тяжело переживают новый этап в своей жизни. Воспитатели отмечают, что легче адаптироваться к детскому саду детям из многодетных семей и детям из семей, в которых ребенок является равноправным партнером по общению с мамой и папой, а не игрушкой для взрослых, не помехой для них, не образцом для педагогических экспериментов.

Проанализируйте, так ли переживает малыш, если в детский сад его приводит не мама, а папа или другой член семьи. И если с кем-то из них ребенок по утрам чувствует себя комфортно, то, пока он не адаптируется, пусть его приводят бабушка или дедушка, старшая сестра или брат. Спросите воспитателя, как долго после вашего ухода ребенок еще плачет. Если сразу после того, как он оказывается в группе, малыш перестает плакать, то спокойно отправляйтесь на работу или учебу. Ваш ребенок наверняка чувствует себя отлично.

Если воспитатель сообщает вам, что ребенок плачет еще очень долго после вашего ухода, постарайтесь рассказать, какие занятия и игрушки способны отвлечь малыша от горьких переживаний: интересная книжка, яркая игрушка, завтрак или веселая игра с детьми. Тогда по дороге в детский сад, родители могут подробно рассказать ребенку, какое приятное событие или какая интересная игрушка ждут его в группе.

Если же воспитатель говорит, что ребенок плачет в течение всего дня, то можно предложить малышу взять с собой в группу какой-либо дорогой для него и привлекательный предмет: игрушку, книжку или предмет, который принадлежит маме. Можно повесить в группе фотографии мам вех детей. Пусть ребенок видит ваше лицо и вспоминает вас.

Стефан Сейфер советует родителям найти какой-нибудь ненужный ключ, который можно ежедневно вручать ребенку, отправляя его в детский сад. Положите его в кармашек малышу и скажите ему, что это ключ от квартиры, и что вы не сможете без ребенка, у которого остался ключ, попасть домой. Это поможет малышу обрести уверенность, что мама и папа обязательно придут за ним вечером, «не забудут» его в детском саду.

Оставляя ребенка в детском саду, постарайтесь быть спокойными и уверенными сами. В противном случае ребенок может уловить ваше беспокойство и будет при расставании еще больше плакать.

Будьте тверды и последовательны в своих поступках. Не позволяйте ребенку манипулировать собой и вынуждать вас из-за слез и капризов забирать его домой. Ваше спокойствие, доброжелательное отношение поможет ребенку обрести спокойствие.

Зная, что ваш малыш трудно переживает каждое утро разлуку с вами, попробуйте накануне, заранее придумать и отрепетировать несколько разных способов прощания. Например, воздушный поцелуй, крепкое рукопожатие, обоюдное поглаживание по спинке и др. Это поможет отвлечь ребенка от грустных мыслей, а со временем, став своеобразным ритуалом, станет радовать и ребенка, и родителей.

Забирая из детского сада ребенка, спросите воспитателей, чем занимался малыш в течение дня. Попросите воспитателя обязательно заметить утром, какое красивое платье на вашей дочке. Иногда даже такой обычный прием отвлекает ребенка от грустных мыслей и переживаний и делает воспитателя более близким и понятным ребенку.

Даже если вы устали после работы, раздражены, сердиты на мужа или на начальника, постарайтесь не показывать это ребенку. Как бы он ни был мал, он обязательно «прочитает» ваше настроение. Пусть лучше малыш почувствует, что момент встречи с ним для вас праздник. Будьте внимательны к нему. Похвалите, поцелуйте. Сходите вместе с ним в парк, на игровую площадку. Даже если у вас совсем мало времени.

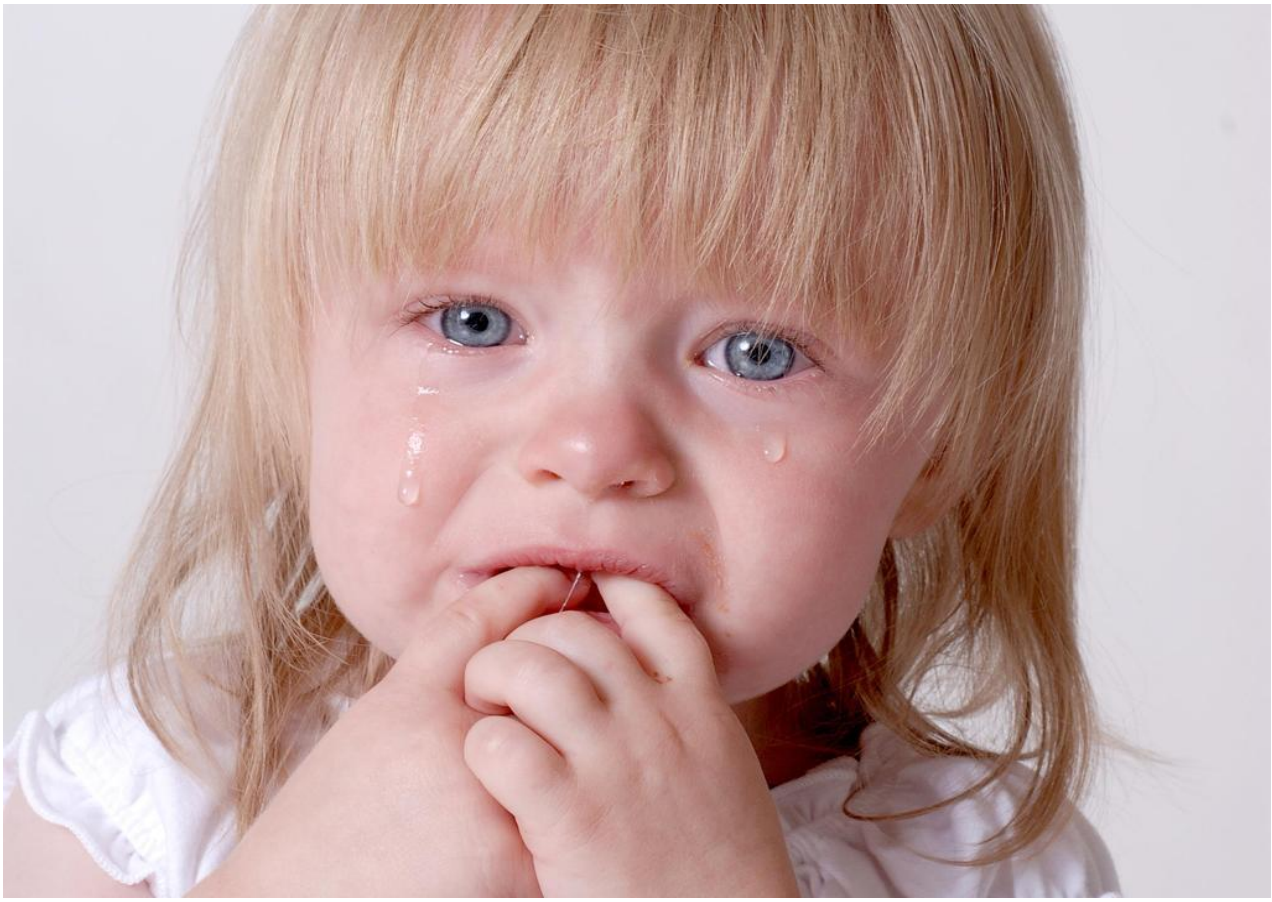
А.И. Захаров рекомендует родителям дать ребенку возможность после детского сада побегать, попрыгать, поиграть в подвижные игры. А вечером дома устройте небольшой семейный праздник, например, совместное чаепитие, во время которого

вы можете похвалить ребенка за проведенный день в детском саду при всех участниках этого маленького праздника.

Все это поможет ребенку понять, даже если он совсем мал и не умеет говорить, что его любят, ждут его прихода из детского сада, гордятся им. Скорее всего, подобная доброжелательная обстановка поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время прощания с вами.

ИТАК:

- **Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.**
- **Приучайте его к детскому саду постепенно.**
- **Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.**
- **Попросите других членов семьи отводить ребенка в детский сад.**
- **Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-нибудь предмет.**
- **Принесите в группу свою фотографию.**
- **Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания.**
- **Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.**
- **После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте возможность малышу подвигаться, поиграть в подвижные игры.**
- **Устройте семейный праздник вечером.**
- **Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.**
- **Будьте терпеливы.**



АНКЕТА
«Мой ребенок»

1. Имя, фамилия ребенка _____

_____

2. Как называют ребенка дома? _____

_____

3. Любимая игрушка _____

_____

4. Любимое занятие _____

_____

5.Любимое блюдо вашего ребенка._____

6. Что не любит ваш ребенок?_____

7. Какие продукты вызывают аллергическую реакцию у вашего ребенка?

8.Как вы оцениваете здоровье своего ребенка?_____

_____

9. Есть ли у ребенка привычки?_____

_____

_____

10.Что вас радует в вашем ребенке?______

_____

_____

11.Что огорчает?_____

_____

_____

10. Какие изменения произошли с ребенком за последнее время?_____

_____

_____

_____

11. Как на ваш взгляд проходит адаптация в детском саду?_____

_____

12. Как ребенок реагирует на наказания и поощрения?_____

_____

_____

13. Какие проблемы вы испытываете с ребенком?_____

_____

_____

14. Нуждаетесь ли вы в консультации психолога?_____

15. Перечислите темы консультаций, которые вы хотели получить:_____

_____

РОДИТЕЛЬСОЕ СОЧИНЕНИЕ

Уважаемый родитель, Вам необходимо максимально полно, в свободной форме рассказать о Вашем ребенке. Сообщите о нем, пожалуйста, самое главное, поделитесь своими переживаниями: только в этом случае специалисты ДОУ смогут оказать Вам действенную помощь. Объем Вашего рассказа о ребенке не ограничен.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ГОТОВ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК К ДЕТСКОМУ САДУ?

Какое настроение преобладает у ребенка в последнее время в домашней обстановке?
Бодрое, уравновешенное — 3 балла
Неустойчивое — 2 балла
Подавленное — 1 балл
Как Ваш ребенок засыпает?
Быстро, спокойно (до 10 мин) — 3 балла
Долго не засыпает — 2 балла
Неспокойно — 1 балл
Используете ли Вы дополнительное воздействие при засыпании ребенка (укачивание, колыбельные и пр.)?
Да — 1 балл
Нет — 3 балла
Какова продолжительность дневного сна ребенка?
2 ч — 3 балла
1 ч — 1 балл
Какой аппетит у Вашего ребенка?
Хороший — 4 балла
Избирательный — 3 балла
Неустойчивый — 2 балла
Плохой — 1 балл
Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?
Положительно — 3 балла
Отрицательно — 1 балл
Просится ли Ваш ребенок на горшок?
Да — 3 балла
Нет, но бывает сухой — 2 балла
Нет и ходит мокрый — 1 балл
Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки? Сосет пустышку или сосет палец, раскачивается
Да — 1 балл
Нет — 3 балла
Интересуется ли ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?
Да — 3 балла
Иногда — 2 балла
Нет — 1 балл
Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых?
Да — 3 балла
Иногда — 2 балла
Нет — 1 балл

Как Ваш ребенок играет?
Умеет играть самостоятельно — 3 балла

Не всегда — 2 балла
Не играет сам — 1 балл
Какие взаимоотношения со взрослыми?
Легко идет на контакт — 3 балла
Избирательно — 2 балла
Трудно — 1 балл
Какие взаимоотношения с детьми?
Легко идет на контакт — 3 балла
Избирательно — 2 балла
Трудно — 1 балл
Как относится к занятиям: внимателен, усидчив, активен?
Да — 3 балла
Не всегда — 2 балла
Нет — 1 балл
Есть ли у ребенка уверенность в себе?
Есть — 3 балла
Не всегда — 2 балла
Нет — 1 балл
Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?
Перенес разлуку легко — 3 балла
Тяжело — 1 балл
Есть ли у ребенка аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?
Есть — 1 балл
Нет — 3 балла.

Прогноз адаптации: готов к поступлению в ДОУ — 55-40 баллов; условно готов — 39-24 балла; не готов — 23-16 баллов.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Ваш ребенок стал воспитанником детского сада. Нам важно знать ваше мнение: как прошел адаптационный период у вашего малыша? Заполните, пожалуйста, таблицу.

Как повлиял адаптационный период на ребенка?	Никаких изменений	Отрицательные изменения (какие?)	Положительные изменения (какие?)
СОН			
ПОВЕДЕНИЕ			
АППЕТИТ			
ИГРА			
ОБЩЕНИЕ			
САМООБСЛУЖИ-ВАНИЕ			
НАСТРОЕНИЕ			