**Родительский клуб «Здоровый малыш: азбука семейного общения»**

**Автор  Корюхина Светлана Игоревна, Красноярский край, г. Норильск**

***Пояснительная записка.*** В настоящее время актуальной проблемой является взаимодействие педагогов дошкольного учреждения с родителями. Как показывает практика, родители часто испытывают определенные трудности. Чтобы грамотно воспитать ребёнка в современных условиях, необходимо единство воспитательных воздействий не него со стороны всех взрослых, учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, а также природно-климатических условий Заполярья. На крайнем севере резко ограничено общение семей с социумом, окружающим миром, природой, что негативно сказывается на познавательно-речевом развитии, двигательной деятельности ребенка. Поэтому возникла необходимость в разработке и внедрении образовательного проекта «Родительский клуб «Здоровый малыш: азбука семейного общения». Все организуемые разнообразные интерактивные формы сотрудничества с родителями в ходе реализации проекта, направлены на укрепление здоровья и формирования предпосылок здорового образа жизни детей раннего возраста, повышение педагогической культуры родителей: сообщение им знаний, формировке педагогических умений, навыков.

***Цель проекта:*** способствовать налаживанию эмоционального контакта с родителями, улучшению детско-взрослых отношений на основе осознанного отношения родителей к организации здорового образа жизни малыша в семье.

***Задачи проекта:***

1. Создать действующую модель сотрудничества с семьями воспитанников, которая включает в себя интерактивные формы взаимодействия с семьей.

2. Оптимизировать взаимодействие с медперсоналом в ходе комплексной оценки  здоровья    и    развития    ребенка    (методика    оценки    нервно-психического развития - М.Н. Аксорина, Г.В. Пантюхина).

3. Разработать совместно с учителем-логопедом систему взаимодействия педагога с семьями воспитанников в вопросах профилактики предположительно темповых задержек развития речи  детей раннего возраста.

4. Разработать цикл физкультурных игр-занятий с участием родителей, учитывая возрастную мотивацию, ситуативное поведение и принципы спонтанного развития детей раннего возраста.

5. Систематизировать согласно задачам подвижные игры и оформить в виде методического пособия «Ручки хлопают, ножки топают».

6. Подобрать согласно режимным моментам малые фольклорные формы и оформить в виде картотеки «Сядем рядком, поговорим ладком».

7. Разработать цикл консультаций, бесед, анкетирования для родителей воспитанников.

8. Подготовить памятки для родителей.

9. Разработать и внедрить план работы родительского клуба «Здоровый малыш: азбука семейного общения».

***Методы:***

1. Анализ литературы по теме.

2. Организационные:

а) сравнительный,

б) комплексный.

3. Наблюдения, сбор и анализ данных, психолого-педагогические.

***Ожидаемый результат:***

**Педагог:**

1.  Повышение профессиональной компетентности;

**Дети:**

1.  Физическая компетентность детей.

2. Улучшение показателей речевого развития детей.

3.  Умение    правильно    оценивать    ситуацию,    спокойно    воспринимать требования взрослого и адекватно на них реагировать.

4. Положительное   эмоционально-окрашенное   отношение   к   физическим упражнениям, подвижным играм, культурно-гигиеническим навыкам и закаливающим процедурам.

**Родители:**

1.  Заинтересованное отношение родителей к жизни группы, детского сада.

2.  Осознанное отношение к организации здорового образа жизни малыша в семье.

***Оценка эффективности проекта:*** эффективность проекта возможно оценить в количественном отношении – данные педагогической диагностики и качественном – на основе анкетирования, отзывов родителей, обобщения и представления опыта работы педагога в областиформирования осознанного отношения родителей к организации здорового образа жизни малыша в семье на  педагогическом часе.

**Этапы работы над образовательным проектом**

**«Родительский клуб «Здоровый малыш: азбука семейного общения»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления деятельности****и ее этапы** | **Задачи** | **Содержание и форма** |
| I. Информационное обеспечение проекта | Сбор и анализ информации | 1. Подобрать литературу и изучить теорию вопроса.2. Подобрать и изучить методическую литературу по вопросу здоровья, физического развития детей раннего возраста и вовлечения родителей воспитанников в работу ДОУ.3. Подобрать методы педагогической диагностики воспитанников, их семей и анализ результатов. |
| II. Материально-техническое обеспечение | Анализ, улучшение, расширение материально-технической базы проекта | 1. Организовать в группе уголки «Моя семья», «Позвони маме», «Маша-растеряша».2. Оформить фоторепортажи, отражающие режимные моменты в течение дня.3. Привлечь родителей к приобретению атрибутики для закаливания: дорожки (с пуговицами, со следами, массажными ковриками); для дыхательной гимнастики мыльные пузыри, стаканчики с трубочками; для сюрпризных моментов – поделки из бумаги (оригами).4. Совместно с родителями подготовить аудиотеку для музыкотерапии в различные режимные моменты: пение птиц, звуки и шумы природы, различные музыкальные классические произведения, детские песни. |
| III. Методическое обеспечение | Оптимизация проектирования воспитательно-образовательного процесса | 1.  Создать действующую модель сотрудничества с семьями воспитанников, которая включает в себя интерактивные формы взаимодействия с семьей.2.    Осуществить комплексную оценку  здоровья    и    развития    ребенка    (методика    оценки    нервно-психического развития - М.Н. Аксорина, Г.В. Пантюхина).3.   Разработать совместно с учителем-логопедом систему взаимодействия педагогов с семьями воспитанников в вопросах профилактики предположительно темповых задержек развития речи  детей раннего возраста.4.   Разработать цикл физкультурных игр-занятий с участием родителей,  с учетом возрастной мотивации, ситуативного поведения и принципов спонтанного развития детей раннего возраста.5.   Систематизировать согласно задачам подвижные игры и оформить в виде методического пособия «Ручки хлопают, ножки топают».6.   Подобрать согласно режимным моментам малые фольклорные формы и оформить в виде картотеки «Сядем рядком, поговорим ладком».7.   Разработать и внедрить план работы родительского клуба «Здоровый малыш: азбука семейного общения». |
| IV. Работа с детьми. | Формирование предпосылок здорового образа жизни | 1. Формы организации детской деятельности:* традиционные (игры, режимные моменты, игры-занятия, развлечения, совместная и самостоятельная деятельность);
* нетрадиционная (пальчиковая и дыхательная гимнастика).

2. Методические приемы:* одомашнивание группы (внести элементы домашнего уюта в спальню);
* сохранение домашних привычек;
* гибкий режим для вновь прибывших детей с учетом индивидуальных особенностей ребёнка.
 |
| V. Работа с семьёй | Поиск путей развития и сотрудничества | 1. Апробировать и внедрить модель сотрудничества педагога с семьями воспитанников.2. Разработать цикл консультаций, бесед, анкетирования для родителей воспитанников.3. Подготовить памятки для родителей.4. Организовать фотовыставки с помощью родителей: «Здоровье в порядка, спасибо зарядке!», «Мы уже не крошки, подросли немножко!».5. Провести День открытых дверей: «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое!» (просмотр режимных моментов).6. Создать в группе уголки для родителей «Речевая мозаика». |
| VI. Взаимодействие специалистов. | Профилактика нарушений речи и стимулирования речевой активности детей раннего возраста | 1. Разработать и внедрить совместно с учителем-логопедом систему взаимодействия педагога с семьями воспитанников в вопросах профилактики предположительно темповых задержек развития речи  детей раннего возраста. |
| VII. Подготовка к презентации и презентация проекта | Демонстрация опыта работы | 1. Презентация проекта: представление проекта на педагогическом часе. |



Родительский клуб – необходимая социальная площадка на пути решения проблем семейного воспитания, укрепления детско-родительских отношений. Участие членов семьи в мероприятиях клуба «Здоровый малыш: азбука семейного общения» способствует возникновению желания и умения об­щаться за рамками собственных стереотипов, искать и находить выходы из трудных ситуаций. Изучение родительских запросов выявило необходимость деятельности клуба в двух направлениях.

Ведущие формы взаимодействия в условиях клуба — коллективные и индивидуальные.

Большой популярностью пользуется такая форма как консультирование родителей – «Что нам делать с непоседой?», «Адаптация ребенка к дошкольному учреждению», «В первый раз в детский сад», Веселый язычок»*,* которое направлено на достиже­ние глубокого, объективного понимания родителями проблем ре­бенка, его личности в целом; определение своей воспитательной стратегии в общении с ним и способов взаимодействия с други­ми участниками воспитательного процесса.

Консультирование родителей строим на принципах:

— создания доверительных отношений;

— взаимоуважения;

— заинтересованности консультантов;

— компетентности;

—  формирования у родителей установки на самостоятельное решение проблемы.

Благодаря клубу изменились родительские установки на взаимодействие с образовательным учреждением: «воспитанием и развитием ребенка необходимо начинать заниматься до его рождения»; «познай себя родителем, познаешь и собственного ребенка». Родители также стали понимать причины возникновения конфликтов; научились вникать в ситуацию, перестали искать советов; научились видеть успехи своего ребенка, собственные достижения.

Результатом работы родительского клуба «Здоровый малыш: азбука семейного общения» является то, что 20% семей организовали дома семейные спортивные уголки (в начало работы клуба 5%), у 50% семей стало доброй традицией активный отдых на свежем воздухе в любое время года (на начало работы 10%). Согласно опроса родителей, организуя семейный отдых, они не забывают о соблюдении режима дня, правильно организовывают двигательную деятельность малыша. Все режимные моменты вне детского сада сопровождают песенками-упражнениями, пальчиковыми играми, играми плясками, что способствует эффективному развитию речевой активности детей.

***План работы родительского клуба***

**«Здоровый малыш: азбука семейного общения»**

***Встреча № l***

**Цель:** Проанализировать отношение взрослых и ребенка в семье; выявить образовательные потребности родителей.

•   Знакомство «Где эта улица, где этот дом».

•   Игра «Снежный ком».

•  Анкетирование.

**Итог встречи:** создание книжек - малышек «Знакомьтесь - я пришел».

***Встреча № 2***

**Предварительная работа:** просмотр режимного момента «Кран откройся - нос умойся»

**Цель:** Дать квалифицированную консультацию для родителей и формировать у них представление о режиме как о значимом факторе в жизни ребенка.

•   Консультация «Живу по расписанию».

•   Совместная деятельность - изготовление атрибутов для дыхательной гимнастики.

•  Домашнее задание - «Поразмышляем, понаблюдаем».

***Встреча №3***

**Цель:** Способствовать повышению педагогической компетентности родителей в вопросе: развитие речи детей раннего возраста.

•  Консультация-практикум «Мама – первый логопед».

• Вопросы и обсуждение темы.

• Подведение итогов анкетирования.

***Встреча № 4***

**Цель:** Исследовать воспитательный потенциал семьи и формировать у родителей осознанного отношения к организации здорового образа жизни малыша.

•  Дискуссия «Здоровье малыша в ваших руках».

•  Практикум - кулинарный поединок  «Пальчики оближешь».

•  Домашнее задание «Стадион дома - есть ли он?».

***Встреча № 5***

***Цель:*** Познакомить родителей со стилями воспитания, оказать помощь в организации среды для двигательной активности в домашних условиях.

•   Обмен опытом «Расти здоровыми».

•   Совместная двигательная деятельность «Играем вместе».

***Встреча № 6***

***Цель:*** Объединить взрослых и детей настроением праздника.

* Спортивный праздник «Вместе с мамой, вместе с папой».
* Фотоколлаж «Мы уже не крошки, подросли немножко».

***Встреча №7***

***Цель:*** Создать условия для полноценного общения, желания обменяться мнением.

•  Обсуждение результатов работы клуба.

•  Чаепитие «Сладкий стол своими руками».

***Игра-занятие с участием родителей***

**"Киска к деткам подошла"**

***Задачи:***учить пружинить ноги - сгибать и разгибать, мягко приземляться, развивать силу и подвижность ног, закрепить прыжки с продвижением вперёд, перешагивание через заданные предметы, развивать координацию движений. Формировать представления родителей об особенностях двигательной деятельности детей раннего возраста.

***Оборудование:***две дорожки разной длины, игрушка - кошка, «бревно», обручи, круги из клеёнки.

***Ход игры-занятия:*** при подготовке к занятию спортивный зал готовится таким образом, чтобы дети и родители имели возможность упражняться в разнообразных видах движения.

Дети с родителями входят в зал.

**1** **часть**

Самостоятельная деятельность детей и родителей. Дети исследуют то или иное оборудование по своему желанию, родители подстраховывают по необходимости. Воспитатель внимательно наблюдает за детьми со стороны.

**2** **часть**

Совместная деятельность детей, родителей и педагога. В ходе совместной деятельности родители вместе с детьми выполняют упражнения.

Появляется кошечка с котенком (мама с ребёнка). Персонажи  привлекают детей, используя игровую мотивацию (мяукает кошечка). Дети подбегают к кошечке, здороваются с ней, рассматривают её.

**Кошечка:** «Села кошка на дорожку,

Посиди на ней немножко,

Посиди, не уходи,

Посмотри, что могут малыши».

Дети сначала идут по дорожке, затем бегут по ней. А ещё можно бегать и ходить не только по дорожке, но и рядом с ней. И дети сначала идут вокруг дорожки, затем бегут вокруг неё. Вдруг на дорожке появляется бревно, и чтобы пройти по дорожке, надо перешагнуть через него. Дети перешагивают.

А вот наша дорожка превратилась в неглубокий ручеёк, и чтобы не замочить ножки, нам надо перепрыгнуть с кочки на кочку (прыжки на двух ногах с продвижением вперёд). Теперь наш ручеёк стал глубоким. Дети перешагивают через ручеёк, а затем перепрыгивают (прыжки на двух ногах). Кошечка ребятам дарит ещё одну дорожку, теперь у нас получилась длинная дорожка. Всё то же можно выполнить, но уже по длинной дорожке.

Воспитатель обращает внимание на каждого ребёнка и обязательно поощряет его новое изобретение, самостоятельно придуманное.

**3** **часть**

Кошечка предлагает детям поиграть с ней. Проводится подвижная игра **«Догони кошечку».** Игра повторяется 2-3 раза. Дети приглашают к себе в гости кошечку и вместе с ней спокойно идут в группу.

***Игра-занятие с участием родителей***

**"Есть у нас город"**

**Задачи:** Учить ходить на четвереньках по наклонной поверхности вверх; укреплять в ходьбе и беге в колонны по одному по ограниченной площади, с сохранением равновесия. Знакомить с правилами, которые надо соблюдать в подвижной игре.

**Ход игры-занятия:** родители принимают активное участиев ходе игры-занятия, воспитатель обращает внимание  родителей на правильность выполнения детьми упражнений.

**Воспитатель:** Ребята, к нам в гости пришла бабушка Настя (мама одного из воспитанников).

**Бабушка Настя:** Здравствуйте ребятки, а также родители! Я приглашаю вас в мой огород, где скоро вырастет много овощей, но пройти туда можно только по дорожке, которую построили ваши мамочки и папочки. Они молодцы, пришли в детсад пораньше и сделали из кирпичиков длинную замечательную дорожку.

**Бабушка Настя:** Пришла весна, пора семена моркови сажать, да вот беда - стара я стала, не управлюсь с этим делом сама. Ребята, помогите мне! (выслушивает ответы детей).

**Бабушка Настя:** Ох, а семена-то остались в корзине, на другом конце огорода придется вернуться обратно ползком, как муравьишки, *(«муравьишки» ползут на четвереньках змейкой между грядок).*

**Бабушка Настя:** Берите, ребята, семена из моей корзинки по одному, кто какие хочет, сажайте на грядки на расстоянии друг от друга *(затем малыши и родители вместе встают в кружок вокруг грядок).*

**Игровое упражнение «Есть у нас огород»**

Есть у нас огород,                           *(ходят по кругу, взявшись за руки)*

Там морковка растет.                       *(стоя на месте, поднимают руки вверх)*

Вот такой вышины,                         *(приседают, опускают руки к полу)*

Вот такой нижины,                          *(разводят руками в стороны)*

Вот такой ширины,                          *(сводят руки вместе)*

Вот такой ужины.                             *(подскоки на двух ногах)*

Ты, морковка, поспеши,                   *(подскоки с поворотом вокруг себя)*

С нами вместе попляши!

*Игровое упражнение - повтор 2 раза (бабушка хвалит).*

Затем бабушка Настя приглашает детей и родителей в группу, где они вместе приготовят салат из моркови.

***Игра-занятие с участием родителей***

**"Веселые зайчата"**

**ЦЕЛЬ:** побуждать детей к активным действиям, способствовать хорошему эмоциональному настроению каждого ребенка.

Персонажи на занятии – родители воспитанников.

**Воспитатель** приносит красивую коробку.

- Дети, нам кто-то прислал посылку. Как вы думаете, что в ней лежит? *(Дети высказывает свои предположения)*

- Давайте посмотрим, угадали ли вы. Здесь лежат заячьи ушки и еще какое-то письмо.

**Воспитатель** читает его детям:

- Кто наденет эти ушки и скажет волшебные слова: «Вправо, влево повернись и в зайчонка превратись», тот и станет зайчиком. Одевайте, ребята шапочки. Сейчас все вместе будем говорить волшебные слова. *(Воспитатель помогает детям надевать шапочки)*

- Ой, сколько много зайчишек. Поедем зайчата с вами в лес.

*(Дети «едут» под музыку)*

- Ну, вот мы и приехали. Как здесь красиво, сколько елочек вокруг. Да только что-то очень холодно. Давайте спрячемся под елочки, может станет теплее. *(Дети усаживаются под елочки. Воспитатель поёживается,будто от холода)*

*-* Кто же, зайчата, может нас согреть?

*Неожиданно для детей появляется взрослый (папа ребенка) в шапочке снегиря.*

**Снегирь** говорит:

- Мне вас жалко, малыши. Я вас сейчас согрею. Помашите, зайчата, лапками, как я крыльями и согреетесь. *(Дети машут руками, стучат кулаками)*

**Воспитатель** как бы жалуется:

- Все равно холодно. Никто не может нас согреть.

Вдруг вбегает **мишка** и говорит:

- Я вас жалею, я вас согрею. Делайте со мной упражнения, и сразу вам станет тепло. *(Дети повторяют за мишкой 2-3 упражнения)*

Появляется **лиса.**

- Я лиса, всему миру краса. Я вас согрею, я вас пожалею.

*Лиса предлагает детям поиграть в игру "Догонялки". Воспитатель поддерживает предложение лисы.*

- Хорошо, лиса. Ты будешь догонять зайчат. Только "чур", зайчат не обижать.                              *Начинается игра*

**Воспитатель** обращается к лисе:

- Ты, лиса, хочешь всех зайчат поймать. Ты хитрая. Мы теперь сами научились, как можно согреться. Давайте, зайчата, попрыгаем, повеселимся.

*Исполняется пляска "Зайцы ". После пляски воспитатель подводит детей к домику и приговаривает:*

Под зелененьким кусточком,

Да под маленьким листочком,

Стоит домик-домок

Чудо терем-теремок.

Для послушных, для зайчат,

Угощенья там лежат.

Друг за другом становитесь,

И за ленточку держитесь.

Я первой пойду.

Вас к домику поведу.

*(Все дети, держась за ленточку, идут к домику)*

- Чудо-терем, отворись! И к зайчатам повернись!

*(Дети и родители  произносят эти слова вместе с воспитателем)*

- А вот и угощение для зайчат. Ваша любимая морковка.

*(Дети и родители берут морковки)*

**Воспитатель** читает:

Пей всегда морковный сок,

И грызи морковку.

Будешь ты всегда, дружок.

Сильный, крепкий.

Ну а теперь пора из зайчат превращаться в ребят. Давайте все вместе скажем слова: «Вправо, влево повернись, и в ребяток превратись».

***Консультация для родителей***

***Работа с родителями по физическому воспитанию.***

Сегодня, следуя моде времени, родители все больше внимания обращают на умственное развитие своих детей, не проявляя должной заботы о развитии физическом. Задача детского сада – приобщить детей к активным занятиям физической культурой.

У детей раннего возраста отмечается огромный интерес к движениям. Каждое новое движение для ребенка – загадка, которую он непременно хочет разгадать, т.е. проделать. Наша задача – поддерживать и закреплять этот естественный интерес к движениям. На формирование детских интересов заметно влияет отношение родителей к физической культуре, к увлечению малышей подвижными играми, упражнениями.

На занятиях по физической культуре дети с удовольствием подражают животным из сказок: зайчику, петушку, медвежонку, очень любят выполнять движения под рассказ, придуманный воспитателем: «Как дети ездили на поезде в лес», «Что они видели в лесу». Все двигательные задания на занятиях связывают с конкретной задачей: «Перетянем палочку, достанем погремушку».

Работа с родителями не ограничивается временем приема детей в детский сад и периодом адаптации. Тесный контакт с семьями наших воспитанников осуществляется постепенно: беседы с врачом, родительские собрания, консультации проводятся в плановом порядке и по мере необходимости. К участию в различных мероприятиях, проводимых в детском саду, мы постоянно вовлекаем родителей, стремимся убедить их в необходимости семейных занятий физкультурой.

На физкультурных досугах и праздниках мамы и папы выступают не только в роли пассивных зрителей – они сами принимают участие в разыгрываемых сюжетах.  Чем более крепким здоровьем и хорошими физическими данными мы вооружим наших ребят в детстве, тем легче им будет приспособиться к новым социальным условиям. Главное для нас – вырастить и воспитать здорового, умного, веселого ребенка.

***Консультация для родителей***

***В первый раз детский сад***

Нередко бывает, что ребенок уже ходит в сад, а споры о необходимости этого еще в разгаре. Например, один из родителей считает, что садик необходим для успешного развития, а другой переживает, что ребенок слишком маленький и нежный, чтобы остаться на целый день без мамы. Ребенок НИКОГДА не должен присутствовать при этих разговорах! Мы часто думаем, что они маленькие и ничего не понимают, но это заблуждение. Примите и поймите, что дети понимают все, но мы вряд ли сможем предсказать, какие выводы они сделают, а о последствиях можно только догадываться. Нередко негативное отношение малыша к детскому саду – лишь отражение сомнений родителей.

Примите и полюбите выбранный вами садик. Не ищите там только темные стороны. Теперь это дом, в котором будет находиться ваш малыш. Если вы будете осуждать, ругать детский сад, то ребенок может задать вопрос: «Если там так плохо, почему я должен туда ходить?»

Обязательно познакомьтесь с воспитателями и младшим воспитателем – ведь это люди, с которыми ваш ребенок будет проводить большую часть дня.

Нередко случается, что даже к середине года родители не знают имени-отчества любимой воспитательницы их сына или дочери – для ребенка это показатель вашего безразличного отношения к его жизни.

**1. НЕПОЛНЫЙ ДЕНЬ**

Постарайтесь не оставлять ребенка сразу на полный день. Желательно первое время забирать его тогда, когда он еще не устал, и ему еще не хочется уходить – сразу после дневной прогулки или после обеда. Постепенно увеличивайте время пребывания в саду. Помните, что для малыша дневной сон – это своеобразная граница дня, за которой начинается «долго» («Я в садике буду до сна или долго?» - спрашивает соседский мальчик маму по утрам).

**2. ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ**

Теперь ваш мальчик или ваша девочка будет много времени проводить в детском саду, поэтому целесообразно узнать все правила, которые там существуют, особенно те, что касаются личной гигиены. Постарайтесь придерживаться их и дома тоже – тогда ребенку легче будет привыкнуть к требованиям сада. Если в садике ваш малыш пользуется горшком и спит в пижаме – откажитесь от памперсов и дома тоже. Обязательно оставьте в садике запас одежды и белья, чтобы в случае необходимости ребенок мог быстро переодеться в чистое.

**3. ЕДА**

Чаще всего еда в садике по вкусу отличается от той, которую мы готовим дома. Поэтому объясните вашему малышу, что еда в садике не хуже, просто она другая. Очень часто у взрослых заранее сформировано предвзятое отношение к еде в детских садах. Не передавайте его ребенку, позвольте выработать собственное мнение – и, возможно, вскоре вы услышите от него: «А в саду котлеты вкуснее! И компот свари мне, как вчера на обед давали!»

В дни, когда ребенок не ходит в сад, постарайтесь проследить, чтобы он «не кусочничал», а соблюдал режим питания. Организм ребенка привыкает к перекусам, и в саду ему этого может не хватать. Малыш будет испытывать дискомфорт, но объяснить не сможет.

Ест ли ребенок сам или ему нужна помощь? Уверенно пользуется ложкой и вилкой? Решите, как много вы хотите помощи в этом вопросе от воспитателей. Расскажите о ваших пожеланиях людям, которые будут непосредственно общаться с вашим малышом.

**4. СОН**

Тема не из простых. Очень часто родители уверены, что ребенку не нужен дневной сон, ведь дома его не уложишь. В детских садах дети спят, потому что их жизнь гораздо более динамична и насыщенна, чем у «домашнего» ребенка. поэтому после обеда ребята уже просто валятся с ног от усталости. Сну не надо сопротивляться. Просто примите это и помогите принять вашему малышу. Разговоры: «Ты лежи тихо, притворись, как будто ты спишь, чтобы воспитатели не заметили» - недопустимы. Лучше объясните ребенку, почему ему действительно необходим отдых

**5. ОДЕЖДА**

Еще один важный момент. Одежда должна быть удобной, комфортной. Подумайте, в чем ваш ребенок будет гулять, как быстро он сможет одеться на прогулку. Что для вас важнее – чтобы он выглядел самым модным и стильным или чтобы он не боялся испачкать и помять одежду? Обратите внимание на удобство застежек: пусть липучки заменят шнурки, шапка-шлем – шапочку с завязками, брючки на резинке – джинсы на молнии и тугой пуговице. Пусть маленький человек чувствует себя комфортно и свободно, а одежда не будет предметом ваших сожалений и претензий к ребенку.

**6. ИГРУШКИ**

Несколько слов об игрушках. Договоритесь с ребенком, что он будет приносить в детский сад только те игрушки, которыми он готов поделиться, и пропажа или порча которых не вызовет бурю слез. В противном случае малыш прослывет «жадиной» или все время будет переживать за свою любимую игрушку, с которой может что-нибудь случиться.

Не нужно проверять ребенка «на жадность», заставляя делиться своими любимыми игрушками: помните – сейчас идет адаптация к детскому саду, это и так тяжело для вашего чада, и лишние потрясения ему совсем ни к чему! Просто объясните ребенку, какие игрушки и почему стоит брать в садик, а какие нет.

**7. РАССТАВАНИЕ**

Расставание с мамой – для всех животрепещущий вопрос. Очень многие дети плачут при расставании. Их приходится долго уговаривать и отвлекать. Воспитатель поможет вам в этом, но и в ваших силах сделать расставание менее болезненным.

Узнайте, как ваш ребенок чувствует себя в ваше отсутствие. Если он быстро успокаивается, не грустит, не спрашивает про маму, легко справляется с режимом дня, то, скорее всего, причина в ритуале расставания. Необходимо придумать или изменить этот ритуал, чтобы ребенку было легче вас отпустить. Например, поможет в этом новая игрушка, которую ребенок будет торопиться показать друзьям. Или традиция махать маме из окна группы – мама еще не успевает дойти до выхода, а малыш уже со всех ног летит к окошку. По наблюдению воспитателей, с папами дети расстаются гораздо более безболезненно, чем с мамами – поэтому, возможно, стоит первое время маме прощаться с ребенком дома.

Есть дети, которые тяжело переносят саму разлуку с матерью. Очень тревожный момент. Как правило, такое явление – следствие поведения взрослых. Чаще всего это происходит с детьми, у которых очень тревожные родители. Подумайте, не манипулирует ли вами ваш малыш. Прежде всего, в такой ситуации свое внутреннее состояние должна изменить мама или важный на тот момент человек для ребенка. ваши вопросы: «Не обижали ли тебя?», «Не голодный ли ты», «Не ругают ли тебя»… подразумевают готовый ответ: «Да, ругают, голодный, обижают». Избегайте подобных вопросов, интересуясь: «Что вы сегодня делали в садике? С кем ты играл? Во что? Что ты ел сегодня на обед?»

**8. ВОПРОСЫ К ПЕРСОНАЛУ**

Все вопросы, которые возникли у вас к персоналу детского сада, задавайте не при ребенке! Чаще всего содержание вашего разговора ему будет недоступно – но тон и отношение он почувствует сразу. Вопрос разрешится – а «осадок» - «Мама кем-то недовольна! Воспитателем? А может, мной?» - останется.

**9. НИКОГДА НЕ ОБМАНЫВАЙТЕ РЕБЕНКА**

Если вы пообещали: «Заберу тебя после обеда» - когда малыш допьет компот, вы уже должны стоять наготове у двери группы. Обман – даже если у вас изменились планы – может стать очень тяжелой травмой для ребенка, поколебать его доверие к вам и свести на нет все усилия по успешной адаптации в саду. Теперь каждый раз при расставании он будет сомневаться – а придете ли вы? А заберете ли его вовремя? Легко ли спокойно играть и гулять, имея в душе такой страх? Поэтому, если не уверены, сможете ли выполнить свое обещание – лучше забрать ребенка раньше без предупреждения – это станет для него приятным сюрпризом.

Если у вас сложилось негативное отношение к конкретному детскому садику – в конце концов, отдавая ребенка в сад, мы покупаем кота в мешке – заберите ребенка как можно спокойнее. Не переносите негативное впечатление на все детские сады – просто ищите то, что максимально подойдет вам и вашему ребенку. И ваши труды по адаптации ребенка не пропадут даром!

***Памятка для родителей***

***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.

В возрасте 1,5—3 лет у ребенка все взаимосвязано: состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и нервно-психическое развитие. Это самый благодатный возраст — наиболее ощутимы изменения: малыш начал разговаривать, сам собирать или разбирать пирамидку, задавать первые вопросы: «почему?», «куда?». И это далеко не все. Необходимое развитие в это время малыш получает через игрушки, самое важное занятие для него — игра. И родителям надо понимать, что добиваться желаемого можно через предложение: «Давай поиг­раем!». Мы же здесь постоянно играем с детьми, потому что именно в игре они знакомятся с окружающим миром, изобразительной деятельностью, конструированием, художественной литературой. В игре же происходит и развитие речи малышей.

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 избавить новичков 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 большой степени с режимом детского сада: завтрак 8.30 - 9 утра; обед 11.30 - 12 часов; сон с 12 до 15 часов; ужин в 16 часов, укладывание на ночь не позднее 21 — 22 часов. И стараться максимально придерживаться этого режима.

3.   Чтобы   ребенок   не   чувствовал   дискомфорта,   желательно   заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

Вот мы и подошли к самому главному: все документы готовы, ребенок и родители настроены идти в садик, к детям.

**1-й день — вы приводите ребенка к 8.30 на завтрак и забираете через 1,5-2 часа.**

**Затем в течение недели приводите малыша и оставляете в саду до 11.00,**

**следующую неделю до 12.00.**

А мы наблюдаем за ним и в зависимости от его поведения (привыкания, эмоционального настроя) сообщаем вам, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на целый день.

Но вот ребенок заплакал, и у родителей возникает вопрос: «Как быть?». Да ведь 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.

В процессе нашего с вами общения будут возникать различные вопросы, пожалуйста, не стесняйтесь, подходите к нам и спрашивайте. Мы с удовольствием на них ответим, а если нужно, проведем консультацию. Не держите вопросы в себе, не надейтесь на советы знакомых. С вами и вашими детьми будут работать специалисты высокой квалификации.

Имейте в виду, что пока ваш ребенок не адаптируется к детскому саду, не стоит водить его в гости. Пусть для него на это время привычными будут только стены родного дома и своей группы.

И еще один маленький, но очень важный момент: перед каждым из 'вас лежат анкеты. Для того чтобы мы лучше узнали вашего малыша, помогли ему скорее освоиться в саду, как можно более полно ответьте на вопросы анкеты.

**И в заключение хочется пожелать вам успехов в воспитании ваших малышей.**

**Любите их безусловной любовью, просто за то, что они у вас есть.**

**Удачи   Вам!**

**Скоро Вам вместе с Вашим малышом предстоит начать**

**новую жизнь. Чтобы малыш вступил в нее радостным,**

**общительным, повзрослевшим, хотим предложить**

**несколько рекомендаций.**

• Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.

•  Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.

•  Будьте терпеливы.

•  Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.

• Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.

•  Когда ребенок с Вами разговаривает, слушайте его внимательно.

•  Если Вы увидите,  что ребенок что-то делает,  начните  "параллельный разговор (комментируйте его действия).

•  Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые и понятные объяснения.

• Спрашивайте у ребенка: "Что ты делаешь?" На вопрос "Почему ты это делаешь? он ответит, когда подрастет.

•  Каждый день читайте ребенку.

•  Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления: ведь прогулки -прекрасная пора для открытий!

•  Занимайтесь с малышом совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...

• Поощряйте любопытство. Не скупитесь на похвалу.

**Радуйтесь Вашему малышу!**