**Консультация для родителей**

Адаптация детей

АНКЕТА

1. Ф.И. ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Дата рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Есть ли у ребенка брат или сестра\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Домашний адрес, телефон\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Кто из взрослых живет в семье с ребенком (их Ф.И.О. и рабочий телефон)

мама\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

папа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

дедушка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

бабушка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

соседи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Место работы родителей:

папа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

мама\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Какой аппетит у вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

что он особенно любит\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

что не любит\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Как засыпает Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

8. Соблюдаете ли Вы режим дня и если да, то какой?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

9. Просится ли Ваш ребенок на горшок? Как?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Часто ли болеет ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

11. Есть ли хронические заболевания?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_

12. Что ещё Вы хотите сообщить психологу о ребенке?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Цели и задачи.

**Цель:** дать представление родителям о том, что длительность и характер адаптационного периода зависят от того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение; помочь сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно войти в новые для него условия; нейтрализовать устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды; помочь правильно организовать первые дни пребывание ребенка в ДОУ.

**Задачи:**

• показать родителям значимость проблемы адаптации и возможности ее решения;

• предупредить возможную передачу тревоги и нервного возбуждения от матери к ребенку;

• создать условия для благополучного включения ребенка в новую социальную среду;

• устранить противоречия между возможностями ребенка и требованиями среды;

• продумать алгоритм совместных действий с родителями;

• раскрыть роль семьи в решении данной проблемы.

АНКЕТА

**«ГОТОВ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДОУ?»**

ФИО ребенка*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* ..

Дата рождения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Сколько полных лет\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**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

1ч — 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 (указать другое)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ — 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 балл**

Рекомендации для родителей

*«Как готовить ребенка к поступлению в детский сад"*

Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно в ближайшее время, поскольку колебания родителей передаются детям.

Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму дошкольного учреждения, формировать у ребенка привычку вовремя ложиться спать и вовремя вставать, принимать пищу и бодрствовать по часам. Планомерно, постепенно подводите ребенка к четкому его выполнению. Организм ребенка раннего возраста достаточно пластичен, поэтому перестройка ритмов сна и бодрствования происходит в течение недели. Чтобы ребенку было легче просыпаться по утрам, включите бодрую музыку или приходите будить его вместе с любимой игрушкой.

Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить данную привычку и предоставить ему возможность уснуть самостоятельно. Ломка сложившихся стереотипов при укладывании спать приводит адаптирующегося ребенка к негативным реакциям. Поэтому лучше это сделать в домашних условиях, не торопясь, постепенно, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

Пребывание ребенка в дошкольном учреждении предполагает трехразовое питание, что обеспечивает нормальную жизнедеятельность и работоспособность детского организма. Однако не все дети хорошо едят в детском саду. Это связано, прежде всего, с изменением рациона детского питания. Поэтому следует пересмотреть меню, приучать детей есть разнообразные блюда, ежедневно употребляя супы, каши.

Необходимо обратить особое внимание на формирование у детей навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий самостоятельно есть, раздеваться и одеваться (кроме застегивания пуговиц и завязывания шнурков), не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого, что положительно скажется на его самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушкой поможет ребенку отвлечься от переживаний, на какое-то время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров. Частые ОРВИ, острые инфекционные, хронические, соматические, врожденные заболевания относятся к анамнестическим факторам риска, осложняющим адаптацию ребенка к ДОУ. Если ваш ребенок подвержен чему-либо, то необходимо заранее проконсультироваться у участкового врача и как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте детские парки, площадки, берите с собой в гости. Наблюдайте, как он себя ведет: легко находит общий язык с окружающими, хочет общаться или, наоборот, замкнут, застенчив, робок, конфликтен в общении. Учите ребенка общению с окружающими людьми: как подойти, познакомиться с детьми, предложить свои игрушки, спросить что-либо, поблагодарить, попросить и т.д., что при этом надо сказать. Называйте других детей в присутствии ребенка по именам. Спрашивайте его дома о знакомых детях: Диме, Анжеле, Саше, Оле и т.д. Поощряйте обращение ребенка к другим людям за помощью и поддержкой, а также любой другой вид общения с окружающими в вашем присутствии.

Готовьте ребенка к временной разлуке с близкими людьми, внушайте ему, что он уже большой и должен обязательно ходить в детский сад, — все дети ходят, что в детском саду очень хорошо, интересно. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, что они делают, чему учатся.

Заранее познакомьте ребенка с воспитателями и детьми группы. Не отдавайте ребенка в детский сад в период «кризиса трех лет».

Если родителям удается приблизить домашний режим к режиму дошкольного учреждения, сформировать у ребенка навыки самообслуживания, умение общаться со сверстниками, занять себя, то адаптационный процесс будет для него менее болезненным.

Полезные советы родителям в период адаптации ребенка к ДОУ

• В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского

сада и его сотрудников.

• Старайтесь не нервничать, не доказывать свою тревогу накануне егопоступления в ДОУ.

• В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.

• Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровьемалыша.

• Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.

• Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

• На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, сократитепросмотр телевизионных передач, старайтесь щадить его ослабленную нервную систему.

• Одевайте ребенка в детский сад в соответствии с температурой воздуха в группе. Обращайте внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.

• Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

• Будьте терпимее к его капризам. При явно выраженных невротических реакциях оставьте дома.

• Выполняйте предписания врача, советы и рекомендации педагога.

• Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя.

• Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез - это может быть вызвано просто плохим настроением.

*Анкета для родителей, воспитывающих детей раннего возраста.*

Уважаемые родители! Перед вами вопросы, которые помогут в работе с вами и вашим малышом. Старайтесь отвечать точно и правдиво. На каждый вопрос Вы должны дать ответ в баллах: **0**- не проявляется никогда, **1**-иногда встречается, **2**- постоянно проявляется. Благодарим за сотрудничество!

Ф.И.О. ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ф.И.О. родителя, заполняющего анкету\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  | **Признаки** | **баллы** | **примечание** |
| 1 | Грызет ногти | 0 1 2 |  |
| 2 | Сосет палец | 0 1 2 |  |
| 3 | Отсутствует аппетит | 0 1 2 |  |
| 4 | Разборчив в еде | 0 1 2 |  |
| 5 | Засыпает медленно и с трудом | 0 1 2 |  |
| 6 | Спит спокойно | 0 1 2 |  |
| 7 | Просыпается бодро и охотно | 0 1 2 |  |
| 8 | Жалуется на головные боли | 0 1 2 |  |
| 9 | Жалуется на боли в животе | 0 1 2 |  |
| 10 | Часто бывает рвота | 0 1 2 |  |
| 11 | Часто бывает головокружение | 0 1 2 |  |
| 12 | Заикается | 0 1 2 |  |
| 13 | Чрезмерно потеет | 0 1 2 |  |
| 14 | Краснеет, бледнеет | 0 1 2 |  |
| 15 | Легко пугается | 0 1 2 |  |
| 16 | Часто дрожит от возбуждения или волнения | 0 1 2 |  |
| 17 | Часто плачет  | 0 1 2 |  |
| 18 | Часто моргает | 0 1 2 |  |
| 19 | Дергает плечом, рукой | 0 1 2 |  |
| 20 | Энурез (днем или ночью) | 0 1 2 |  |
| 21 | Энкопрез (днем или ночью) | 0 1 2 |  |
| 22 | Бывают припадки злости | 0 1 2 |  |
| 23 | Играет с какой-либо частью тела | 0 1 2 |  |
| 24 | Боится за свое здоровье | 0 1 2 |  |
| 25 | Мечтает, уходит от реальности(мысли где-то) | 0 1 2 |  |
| 26 | Не умеет сосредоточиться на чем-то | 0 1 2 |  |
| 27 | Имеются заботы? Какие? (Укажите) | 0 1 2 |  |
| 28 | Очень тревожен | 0 1 2 |  |
| 29 | Боится темноты | 0 1 2 |  |
| 30 | Часто видит фантастические предметы | 0 1 2 |  |
| 31 | Боится одиночества | 0 1 2 |  |
| 32 | Боится животных (укажите каких) | 0 1 2 |  |