**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад «Светлячок»**

**Проект по адаптации детей первой младшей группы**

**к условиям детского сада**

**Выполнили: воспитатель Коршунова О.А.**

**воспитатель Шиверская Т.Н.**

**Атамановка**

**2015**

**Программное содержание:**

* Создать условия, обеспечивающие ребенку физический и психологический комфорт для облегчения периода адаптации к условиям ДОУ.
* Сформировать у детей культурно-гигиенические навыки.
* Снизить уровень тревожности детей и родителей в период адаптации.
* Оптимизировать процесс физиологической адаптации – снизить уровень заболеваемости.
* Создать систему взаимодействия с родителями.
* Преодолеть стрессовые состояния у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду.
* Формировать активную позицию родителей по отношению к процессу адаптации детей.
* Снять эмоциональное и мышечное напряжение.
* Снизить импульсивность, излишнюю двигательную активность, тревогу, агрессию.
* Развивать навыки взаимодействия детей друг с другом.
* Развивать внимание, восприятие, речь, воображение.
* Развивать чувство ритма, общения и мелкой моторики, координации движений.
* Развивать игровые навыки, произвольность поведения.

***Актуальность проекта.***  Период адаптации является очень важным для детей, вновь поступающих в детский сад. Разная степень социальной готовности обусловлена неодинаковым уровнем развития личности ребенка, особенностями социального окружения, условиями семейного воспитания и другими факторами. Вследствие этих различий дети при поступлении в детский сад изначально имеют неодинаковые стартовые возможности, что не позволяет им в равной степени адаптироваться к условиям детского сада. Поэтому именно период адаптации позволяет устранить данную проблему. В этой связи реализация проекта, связанного с созданием условий для успешной адаптации ребенка к условиям доу является весьма актуальной.

***Цель проекта:*** успешная адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ.

***Задачи проекта:***

* Создание условий, обеспечивающих ребенку физический и психологический комфорт для облегчения периода адаптации к условиям ДОУ.
* Формирование у детей культурно-гигиенических навыков.
* Снижение уровня тревожности детей и родителей в период адаптации.
* Оптимизация процесса физиологической адаптации – снижение уровня заболеваемости.
* Создание системы взаимодействия с родителями.
* Преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
* Формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей;
* Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
* Снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии.
* Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом.
* Развитие внимания, восприятия, речи, воображения.
* Развитие чувства ритма, общения и мелкой моторики, координации движений.
* Развитие игровых навыков, произвольности поведения.

***Сроки выполнения:***15.06.15 – 28.08.15

***Участники проекта:*** дети, воспитатели, родители, медицинский работник.

***Необходимые материалы:***художественные книги, картотеки игр (дидактические, сюжетно-ролевые, адаптационные, музыкальные, подвижные, хороводные, пальчиковые, словесные), картотеки экспериментов и опытов, картотеки гимнастик (утренняя, дыхательная, артикуляционная, после пробуждения), игровой и демонстрационный материал, папки-передвижки, памятки для родителей, материал для творчества

***Предполагаемый продукт проекта:***

* выставка творческих работ детей;
* памятки, папки передвижки с рекомендациями для родителей;
* систематизированный литературный и иллюстрированный материал;
* картотеки игр: дидактических, подвижных, сюжетно-ролевых, пальчиковых;
* фотовыставка «Я и детский сад»;
* презентация «Мы пришли в детский сад».

***Список использованных источников:***

1. Губанова Н.Ф. «Развитие игровой деятельности». Для занятий с детьми 2-3 лет.М : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
2. Комарова Т.С. «Изобразительная деятельность в детском саду». Для занятий с детьми 2-3 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
3. Соломенникова О.А. «Ознакомление с природой в детском саду» Для занятий с детьми 2-3 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
4. Сонные сказки. Книга для чтения и рассказывания детям. Х.: Ранок, 2014
5. Теплюк С.Н. «Игры занятия на прогулке с малышами». М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
6. Трясорукова Т.П. «Носики-курносики». Комплексы дыхательных и массажных упражнений для малышей. Р н/Д: Феникс, 2013
7. Хрестоматия для чтения детям в детском саду и дома. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014

***Содержание проекта***

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Подготовительный**  **этап** | **Основной этап** | **Заключительный этап** |
| * постановка целей, определение актуальности и значимости проекта; * подбор методической литературы для реализации проекта; * подбор наглядно-дидакического материала, художественной литературы; * организация развивающей среды в группе | * знакомство с детьми и их родителями; * сбор сведений о детях и их родителях; * знакомство детей с группой, с игрушками, друг с другом, * привитие детям культурно-гигиенических навыков; * проведение занятий, игр, направленных на адаптацию детей к ДОУ; * работа с родителями | * анализ результатов проекта |

**План работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Содержание работы** | **Участ-**  **ники** | **Ответс-твен-ные** |
| **Подготовительный этап** | | | |
| **15.06**  **Пн** | 1. Постановка целей, определение актуальности и значимости проекта. | Воспи  татели, мед. ра- ботник дети | Воспи-татели |
| **16.06**  **Вт** | 1. Подбор методической литературы. |
| **17.06**  **Ср** | 1. Подбор наглядно-дидактического материала, художественной литературы, игр. |
| **18.06**  **Чт** | 1. Разработка рекомендаций, изготовление памяток для родителей. |
| **19.06**  **Пт** | 1. Организация развивающей среды в группе |
| **Основной этап** | | | |
| ***Тема недели «Знакомство»*** | | | |
| **22.06**  **Пн** | Тема: «Ласковое имя»   1. знакомство с детьми, родителями; 2. сбор сведений о родителях, выдача анкет для заполнения; 3. беседа об адаптации детей; 4. д/и «Ласковое имя»; 5. экскурсия по группе; 6. привитие КГН: умывание, пользование полотенцами, высаживание на горшки, правильный прием пищи; 7. проговаривание потешек в режимных моментах 8. вручение памяток по адаптации «Здравствуй, детский сад!» родителям | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **23.06**  **Вт** | Тема «Наша группа»   1. знакомство с вновь поступающими детьми и их родителями; 2. сбор сведений о родителях, выдача анкет для заполнения; 3. индивидуальные беседы с родителями по адаптации детей; 4. вручение памяток по адаптации родителям; 5. д/и «Найди, чтопокажу», «Назови предмет» 6. пальчиковая игра «Села птичка на ладошку»; 7. привитие КГН: умывание, нахождение полотенца по картинке, аккуратный прием пищи; | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **24.06**  **Ср** | Тема: «Наши игрушки»   1. беседы с детьми: «Какая любимая игрушка? Какую игрушку принес в д/с? Какие игрушки есть в группе?»; 2. п/и «Догони нас, мишка!», «Покатаемся на лошадке»; 3. д/и «Разбудим Таню», «Паровоз»,   «Мячики»;   1. чтение стихотворений А. Барто «Игрушки»; 2. обучение детей правильному манипулированию игрушками | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **25.06**  **Чт** | Тема: «Вот как мы умеем»   1. игровая ситуация «Поздоровайся с лисичкой»; 2. беседа с родителями «Гигиенические требования к одежде в летний период»; 3. п/и «Допрыгни до ладошки», «Кидаем мячики»; 4. установление контакта с тревожными детьми: пальчиковые игры «Повстречались», «Ладушки»; 5. привитие КГН: учимся держать ложку в правой руке, хлеб – в левой; | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **26.06**  **Пт** | Тема: «Вместе весело шагать»   1. игровая ситуация «Иди ко мне!»; 2. д/и «Найди игрушку»; 3. сюжетно-ролевые игры «Накормим куклу», «Кукла гуляет»; 4. ***итоговое мероприятие:*** коллективные игры «Покружимся», «Мыльные пузыри», «Хоровод»; 5. родительское собрание «Адаптация детей к условиям детского сада» | Воспита-тели, дети, родите-ли, мед. работ-ник | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Волшебница Водичка»*** | | | |
| **29.06**  **Пн** | Тема: «Приключение капельки»   1. игровая ситуация «Здравствуй, мишка!»; 2. беседа с родителями «Режим дня дома и в саду»; 3. д/и «Наливаем, выливаем»; 4. проговаривание потешки«Водичка, водичка»; 5. артикуляционная гимнастика «Водичка»; 6. подвижная игра «Под зонтом»; 7. рисование пальчиками «Дождик» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **30.06**  **Вт** | Тема: «Закаляйкин день»   1. игровая ситуация «Здравствуй, котик!»; 2. беседа с родителями «Закаливание в летний период дома и в д/с»; 3. д/и «Считалочка – купалочка»; 4. ходьба по массажным дорожкам; 5. установление контакта с тревожными детьми: пальчиковая гимнастика «Сорока-белобока» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **01.07**  **Ср** | Тема: «Рыбка и ее друзья»   1. игра «Утром рано я встаю»; 2. индивидуальные беседы по вопросам родителей; 3. д/и «Ловись, рыбка!»; 4. пальчиковая гимнастика «Рыбки в озере купались»; 5. привитие КГН: учимся самостоятельно одеваться в определенной последовательности | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **02.07**  **Чт** | Тема: «Водное царство»   1. беседа с родителями «Питьевой режим в саду и дома»; 2. д/и «Прячем мишку»; 3. игра «Мыльные пузыри»; 4. игры с водой «Наливаем, выливаем», «Купание утят»; 5. проговаривание потешки при умывании «Водичка, водичка»; 6. сюжетно-ролевая игра «Ловись, рыбка!» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **03.07**  **Пт** | Тема: «Игры и опыты с водой»   1. игра «Здравствуй, Зайка!» - закрепление умения здороваться, называть свое имя и имена других детей; 2. опыт «Водопад»; 3. игры «Наливаем, выливаем», «Купание утят»; 4. 4) ***итоговое мероприятие:***рисование штампами «Уточки в пруду» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Наш друг – природа»*** | | | |
| **06.07**  **Пн** | Тема: «Солнышко лучистое»   1. игровая ситуация «В гости к солнышку; 2. упражнение «Дотянись до солнышка»; 3. беседа с родителями «КГН дома и в саду»; 4. д/и с прищепками «Собери солнышко»; 5. чтение потешки «Вышло солнце из-за туч»; 6. п/и «Солнце и дождь»; 7. д/и «Выложи солнце из шишек»; 8. рисование «Солнечные лучики» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **07.07**  **Вт** | Тема: «День юных исследователей»   1. беседа с родителями «Питание дома и в саду»; 2. д/и «Тонут – плавают»; 3. игра «Водопад»; 4. артикуляционная гимнастика «Улыбка» - [и], «Кукла плачет» - [а]; 5. наблюдение при умывании: вода льется, бывает теплая, холодная; 6. проговаривание потешки «Водичка, водичка»; 7. «Поливаем песок» - наблюдение (песок сухой, мокрый); 8. д/и «Сыплем, лепим» (сухой песок сыплется, из мокрого можно лепить) | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **08.07**  **Ср** | Тема: «Птички-невелички, ежики, лисички»   1. игровая ситуация «Здравствуй, Зайка!»; 2. беседы с родителями об оказании помощи в оформлении участка; 3. д/и «Доброе животное»; 4. п/и «У медведя во бору», «Мишка косолапый»; 5. настольный театр «Теремок»; 6. пальчиковая гимнастика «На лесной лужайке»; 7. наблюдение за птицами на прогулке; 8. п/и «Воробушки»; 9. релаксация перед сном «Звери и птицы спят»; 10. гимнастика пробуждения «Мы проснулись, потянулись» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **09.07**  **Чт** | Тема: «Путешествие в мир насекомых»   1. игровая ситуация «Иди ко мне»; 2. д/и «Божья коровка и ветер»; 3. п/и «Пчелки»; 4. привитие КГН: учимся пользоваться салфеткой после приема пищи, говорить спасибо; 5. наблюдение за мухами, муравьями, бабочками на прогулке; 6. постройка дома для муравьишек из песка; 7. п/и Комары и мошки» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **10.07**  **Пт** | Тема: «В гости к лесной фее»   1. игровая ситуация «Утром рано я встаю»; 2. индивидуальные беседы с родителями; 3. д/и «Доброе животное»; 4. ***итоговое мероприятие*** - развлечение «В гости к Лесной фее»: 5. хороводная игра «Мы по лесу идем»; 6. наблюдение за цветами; 7. поливка цветов; 8. д/и «На лесной лужайке»; 9. п/и «У медведя во бору» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Подвижные игры и забавы»*** | | | |
| **13.07**  **Пн** | Тема: «Поиграем вместе»   1. д/и «Лапки-царапки»; 2. утренняя гимнастика «Хомка-хомка, хомячок»; 3. игра с крупной мозаикой; 4. п/и «Догони мяч»; 5. «Строим башню из песка»; 6. п/и «Пузырь»; 7. сюжетно-ролевая игра «Стирка кукольного белья»; 8. рисование цветными мелками на бумаге | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **14.07**  **Вт** | Тема: «Прыг-скок»   1. утренняя гимнастика «Заинька, попляши» - прыжки на двух ногах; 2. привитие КГН: учимся растегивать и застегивать сандалии; 3. чтение стихотворения «Мой веселый звонкий мяч» с выполнением движений и звукоподражания (прыг-скок); 4. наблюдение за детьми на соседних участках; 5. д/и «Найди такой же листик, какой покажу»; 6. п/и «Зайчики и домики»; 7. индивидуальные беседы с родителями | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **15.07**  **Ср** | Тема: «Вот мы ловкие какие»   1. д/у «Что есть в нашей группе»; 2. дыхательная гимнастика «Надуем шарик»; 3. артикуляционная гимнастика «Песенка комара»; 4. д/и «Туфельки поссорились – подружились»; 5. д/и «Оденем куклу Машу на прогулку»; 6. наблюдение за ветром с помощью султанчиков, флажков, вертушек; 7. и/у «Тише, мыши»; 8. упражнение «Ловля мяча с небольшого расстояния» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **16.07**  **Чт** | Тема: «Народные подвижные игры»   1. беседа с родителями о детях: чем занимаются дома; 2. д/и «Научим медвежонка здороваться»; 3. игра «Застежки»; 4. артикуляционная гимнастика «Вкусное варенье»; 5. п/и «Хоровод», «У медведя во бору», «Гуси-гуси»; 6. конструирование «Стол и стул для матрешки»; 7. чтение потешки «Пошел котик на торжок» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **17.07**  **Пт** | Тема: «Все дальше и выше»   1. индивидуальные беседы с родителями по вопросам адаптации детей в группе; 2. д/и «Кукла Маша заболела»; 3. п/и «Через ручеек»; 4. ***итоговое мероприятие –*** развлечение «Все дальше и выше»  * «Кто дальше?» - бросание мяча на дальность на прогулке; * «Кто выше?» - прыжки на двух ногах; * п/и «Мой веселый звонкий мяч»;  1. конструирование «Построим поезд» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Неделя чистоты»*** | | | |
| **20.07**  **Пн** | Тема: «В гостях у Мойдодыра»   1. игра «Утром рано я встаю»; 2. д/и «Купание пупсиков в воде»; 3. опыт: опускание грязного мяча в воду – мяч чистый; 4. проговаривание потешки при умывании «Водичка, водичка»; 5. привитие КГН: учимся умываться с мылом, пользоваться полотенцем; 6. чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **21.07**  **Вт** | Тема: «Волшебница Водичка»   1. беседа с родителями «Питьевой режим дома и в саду»; 2. игры с водой: «Наливаем, выливаем», «Купание утят», «Мыльные пузыри»; 3. сюжетно-ролевые игры «Купаем куклу», «Стираем белье для куклы»; 4. опыт «Разноцветная водичка»; 5. заучивание потешки «Водичка, водичка» | Воспита-тели, дети |  |
| **22.07**  **Ср** | Тема: «Чистота – залог здоровья»   1. игра «Утром рано я встаю»; 2. д/и «Купание пупсиков в воде»; 3. опыт: опускание грязного мяча в воду – мяч чистый; 4. проговаривание потешки при умывании «Водичка, водичка»; 5. привитие КГН: учимся умываться с мылом, пользоваться полотенцем; 6. п/и «Раз, два, три – лови!»; 7. труд: мытье игрушек | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **23.07**  **Чт** | Тема: «День здоровья»   1. консультации для родителей о пользе закаливания детей (папки-передвижки); 2. пальчиковая игра «На лесной лужайке»; 3. дыхательная гимнастика «Запускаем кораблики»; 4. наблюдение за облаками на прогулке; 5. п/и «Догони меня»; 6. сбор травы | Воспита-тели, дети, мед. работ-ник | Воспи-татели |
| **24.07**  **Пт** | Тема: «Витаминный день»   1. беседа с родителями «Витамины в рационе питания детей»; 2. дыхательная гимнастика «Надуем пузырь»; 3. сюжетно-ролевая игра «Напоим куклу чаем с вареньем»; 4. п/и «Найди игрушку»; 5. ***итоговое мероприятие –*** мытье игрушек, стирка кукольного белья | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Маленькие строители»*** | | | |
| **27.07**  **Пн** | Тема: «Какие разные дома»   1. д/и «Собери пирамидку»; 2. артикуляционная гимнастика «Часики»; 3. конструирование «Построим дом для собачки (куклы, цыпленка); 4. привитие КГН: учимся находить свое полотенце и вытирать руки насухо; 5. д/и «Столяры»4 6. п/и «Мыши водят хоровод» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **28.07**  **Вт** | Тема: «Строим домик для…»   1. беседа с родителями «Как подобрать игрушки по возрасту ребенка»; 2. н/и «Собери картинку»; 3. рисование «Ветерок, подуй слегка»; 4. наблюдение за одуванчиками на прогулке; 5. «Построим домик для зайчика» - постройка из песка на прогулке; 6. конструирование «Строим гараж для машины»; 7. заучивание потешки «Солнышко – солнышко» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **29.07**  **Ср** | Тема: «Заюшкина избушка»   1. игровая ситуация «Поздоровайся с собачкой»; 2. беседа с родителями «Как читать книжки вместе» - подбор литературы по возрасту; 3. конструирование «Построим дом для зайчика»; 4. п/и «Зайчики и домики»; 5. пальчиковая гимнастика «На лесной лужайке»; 6. игра «Зайка серый»; 7. чтение «Заюшкина избушка» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **30.07**  **Чт** | Тема: «Песочные замки»   1. д/и «Найди игрушку»; 2. игры «Мыльные пузыри», «Наливаем, выливаем», «Купание утят»; 3. наблюдение за солнцем на прогулке; 4. проговаривание потешки «Солнышко, солнышко, посвети в окошечко»; 5. и/у «Дотянись до солнышка»; 6. игры с песком «Построим горы из песка»; 7. опыт: из влажного песка можно строить, а сухой песок рассыпается; | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **31.07**  **Пт** | Тема: «Дом, в котором я живу»   1. ***итоговое мероприятие*** - «У куклы новоселье»; 2. д/и «Застежки»; 3. п/и «Раздувайся пузырь»; 4. наблюдение за воробьями на прогулке; 5. сбор шишек на участке; 6. постройка башни из песка; 7. пальчиковая гимнастика «Этот пальчик» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Путешествие в сказку»*** | | | |
| **03.08**  **Пн** | Тема: «Книжки-малышки»   1. беседа с родителями «Кормление в саду и дома; 2. д/и «Кто живет в лесу»; 3. пальчиковая игра «Мышки»; 4. артикуляционная гимнастика «Часики»; 5. п/и «Воробьишки» - прыжки на двух ногах; 6. разучивание потешки при умывании «Кран откройся, нос умойся»; 7. чтение художественных книг, рассматривание иллюстраций, беседа про прочитанному | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **04.08**  **Вт** | Тема «Любимые мультфильмы»   1. беседа с родителями «КГН в саду и дома»; 2. д/и «Наш огород»; 3. и/у «Мы в ладоши хлопать любим»; 4. артикуляционная гимнастика Песенка комара»; 5. дыхательная гимнастика «Надуем шарик»; 6. пальчиковая гимнастика «Кот на печи» 7. игра с песком «Испечем пироги»; 8. просмотр мультфильмов | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **05.08**  **Ср** | Тема: «В Гостях у сказки»   1. д/и «Что есть в нашей группе»; 2. настольный театр «Курочка Ряба»; 3. привитие КГН: учимся тихо сидеть за столом во время еды; 4. упражнение «Перешагни палку»; 5. п/и «Птички в гнездышках»; 6. чтение сказки «Колобок»; 7. рисование «Травка для лошадки» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **06.08**  **Чт** | Тема: «День музыки и творчества»   1. привлечение родителей к оформлению группы; 2. д/и «Кукла делает зарядку4 3. игра «Музыканты»; 4. наблюдение за муравьями на прогулке; 5. д/и «Делаем узоры и дорожки»; 6. п/и Солнышко и дождик»; 7. заучивание стихотворения «Солнышко и дождик»; 8. рисование «Дождик» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **07.08**  **Пт** | Тема: «Кукольный театр»   1. консультация для родителей «Режим дня дома и в саду»; 2. д/и «Нанизывание бусин разного цвета»; 3. ***итоговое мероприятие -*** просмотр сказки «Курочка Ряба»; 4. наблюдение за листьями на прогулке; 5. сбор сухих веточек на участке; 6. п/и «Пчелки»; 7. опыт «Солнечный зайчик» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Игрушки»*** | | | |
| **10.08**  **Пн** | Тема: «В гости к куклам»   1. беседа с родителями «Одежда ребенка»; 2. д/и «Где лежит игрушка?», «Покажи куклам, какой у нас порядок»; 3. сбор игрушек после прогулки; 4. привитие КГН: учимся надевать одежду после сна в определенной последовательности; 5. д/и «Напоим кукол чаем»; 6. чтение: А. Барто «Наша Таня»; 7. рисование штриховкой «Спрячем мышку в норке» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **11.08**  **Вт** | Тема: «Кисонька-мурысонька»   1. информация для родителей «Вакцинация против гриппа»; 2. д/и «Кошкин дом»; 3. чтение и обыгрывание стих-я «Кисонька-мурысонька»; 4. пальчиковая гимнастика «Есть у киски глазки»; 5. рисование «Картинки на песке»; 6. п/и «Мой веселый звонкий мяч»; 7. чтение: А. Барто «Игрушки» | Воспита-тели, дети, мед. работ-ник | Воспи-татели |
| **12.08**  **Ср** | Тема: «Мой веселый звонкий мяч»   1. рассматривание иллюстраций «Животные»; 2. игра «Кто как кричит?»; 3. н /и: лото «Чьи детки?»; 4. п/и «Достань колокольчик»; 5. наблюдение за птицами на прогулке; 6. п/и «Мой веселый звонкий мяч»; 7. с/р игра «Семья» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **13.08**  **Чт** | Тема: «Мишка косолапый»   1. проговаривание с движениями «Мишка косолапый»; 2. п/и «У медведя во бору»; 3. «Застежки» - учимся застегивать застежки на обуви; 4. конструирование «Машина для мишки»; 5. «Вытянули репку» - договаривание отдельных фраз, слов сказки; 6. игра с водой «Рыбалка» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **14.08**  **Пт** | Тема: «Машины»   1. д/и «Как пройти?»; 2. дыхательная гимнастика «Насос»; 3. д/и «Что есть у машины?»; 4. и/с «Прокатим маленького мишку на маленькой машине, а большого – на большой»; 5. разучивание потешки при умывании «Закатаем рукава, открываем кран»; 6. д/и «Угадай, что звенит» 7. ***итоговое мероприятие*** - развлечение «Угадай, где лежит игрушка?»; | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Добрые волшебники»*** | | | |
| **17.08**  **Пн** | Тема: «Добрые волшебники»   1. привлечение родителей к изготовлению пособий к новому учебному году по сенсорному развитию; 2. у/г «Мы ручками похлопаем»; 3. и/у «Поймай мяч»; 4. игра-опыт «Как растения пьют воду»; 5. чтение сказки «Колобок» - закрепление знаний диких животных | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **18.08**  **Вт** | Тема: «День вежливости»   1. д/и «У куклы день рождения»; 2. артикуляционная гимнастика «Смешная песенка»; 3. « Куклы в гостях у детей» - привитие навыков культурного поведения; 4. п/и «Поезд»; 5. опыт: надувание мыльных пузырей | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **19.08**  **Ср** | Тема: «День добрых дел и поступков»   1. д/и «Научим медвежонка здороваться»; 2. д/и «Собери пирамидку»; п/и «Кошка и мышки»; 3. наблюдение за мухами на прогулке; 4. д/у «Кто что ест»; 5. д/и «Кто пришел? Кто ушел?» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **20. 08**  **Чт** | Тема: «Сказочные волшебники детям»   1. беседа с родителями «КГН в саду и дома; 2. д/и «В гостях у матрешки»; 3. и/у «Мы ручками похлопаем»; 4. сюжетно-ролевая игра «Семья»; 5. лепка из песка «Вкусное печенье»; 6. д/и «Найди сюрприз» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **21.08**  **Пт** | Тема: «Поделки своими руками»   1. беседа с родителями «Режим дня в саду и дома»; 2. д/и «Часы тикают»; 3. с/р игра «Шоферы»; 4. ***итоговое мероприятие*** – «Испечем пирог» - лепка из песка пирогов, куличей, печенья, украшение их шишками, сухими веточками, листиками; 5. конструирование«Разноцветная дорожка»; 6. опыт «Брызги летят» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| ***Тема недели «Летние забавы»*** | | | |
| **24.08**  **Пн** | Тема: «Мы играем»   1. беседа «Помощь в изготовлении пособий для нового учебного года»; 2. д/и «Покажи куклам, какой у нас порядок», «Где лежит игрушка?»; 3. и/у «Пойдемте за грибами»; 4. привитие КГН: совершенствование навыков культуры еды; 5. чтение И. Муравейка «Я сама»; 6. опыт «Цветная вода» | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **25.08**  **Вт** | Тема: «Малыши-крепыши»   1. д/у «Что есть в нашей группе»; 2. дыхательная гимнастика «Надуем шарик»; 3. артикуляционная гимнастика «Песенка комара»; 4. наблюдение за птицами на прогулке; 5. п/и «Гуси-гуси»; 6. труд: «Польем цветочки из леечки»; 7. и/у: прыжки с продвижением вперед | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **26.08**  **Ср** | Тема: «В гостях у сказки»   1. беседа с родителями об отравлении грибами и ягодами; 2. д /и «Какие овощи?»; 3. артикуляционная гимнастика «Часики»; 4. пальчиковая гимнастика «Мышки»; 5. наблюдение за муравьями на прогулке; 6. настольный театр: сказка «Репка»; 7. «Кукла принесла карандаши» - рисование цветными карандашами | Воспита-тели, дети, мед. работ-  ник | Воспи-татели |
| **27.08**  **Чт** | Тема: «Водичка-водичка»   1. беседа с родителями об одежде детей в межсезонье; 2. д/и «Покажи куклам, какой у нас порядок»; 3. пальчиковая гимнастика «На лесной лужайке»; 4. проговаривание потешки при умывании «Водичка-водичка»; 5. игры с водой «Рыбалка», «Моем кукол»; 6. п/и «У медведя во бору»; | Воспита-тели, дети | Воспи-татели |
| **28.08**  **Пт** | Тема: «До свидания, лето!»   1. индивидуальные беседы по вопросам родителей; 2. игры по выбору детей; 3. ***итоговое развлечение*** – «До свидания, лето!» | Воспи-татели, дети, музыка-  льный  работ-  ник | Воспи-татели |
| **Заключительный этап** | | | |
|  | * выставка творческих работ детей; * памятки, папки передвижки с рекомендациями для родителей; * систематизированный литературный и иллюстрированный материал; * картотеки игр: дидактических, подвижных, сюжетно-ролевых, пальчиковых; * фотовыставка «Я и детский сад»; * итоговое развлечение «До свидания, лето!»; * презентация «Мы пришли в детский сад»; * подведение итогов адаптационного периода | Воспита-тели, родите-  ли, дети | Воспи-татели |

***Ключевые понятия***

«Детский сад», «группа», «игрушки», «играть», «умываться», «одеваться», «завтракать», «обедать», «делать зарядку», «гулять»

***Итоги адаптационного периода***

Для облегчения периода адаптации детей к условиям ДОУ в группе создана развивающая среда, подобраны по возрасту игрушки, спортивный, демонстрационный материал, картотеки различных игр, опытов, экспериментов, упражнений, художественная литература. С помощью родителей приобретен выносной материал, материал для творчества.

Ежедневно большое внимание уделялось привитию культурно-гигиенических навыков. Большинство детейнаучились здороваться, благодарить, самостоятельно умываться, пользоваться полотенцем, горшком, правильно и аккуратно принимать пищу, пользоваться салфеткой, самостоятельно одеваться и раздеваться, застегивать и расстегивать обувь. Режимные моменты сопровождались проговариванием потешек.

На протяжении всего периода проводились дидактические, подвижные, пальчиковые игры для нахождения более тесного контакта с детьми, для взаимодействия детей друг с другом, для снятия стресса, тревожности, напряжения детей, а также различные виды гимнастик: дыхательная, артикуляционная, утренняя и после сна. Для проведения игр были созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей.

Работа с детьми осуществлялась согласно режиму дня для летнего периода. Осуществлялись закаливающие мероприятия: солнечные и воздушные ванны, обливание рук до локтя, хождение босиком, витаминизация и калорийность питания, физкультурные мероприятия, соблюдался питьевой режим, обрабатывался песок в песочницах. При организации закаливания, питания, двигательного режима воспитатели учитывали индивидуальные особенности каждого ребёнка.

Дети знакомились друг с другом, с группой, с игрушками. Учились узнавать свою кабинку, кроватку, свое полотенце.

С родителями были проведены беседы, родительское собрание, подготовлены памятки, папки-передвижки об адаптации детей к ДОУ, режиме дня, питании, одежде, обуви, закаливании, питьевом режиме, первой помощи при солнечном ударе, отравлении, укусах насекомых. Родители принимали участие в благоустройстве участка, витаминизации питания, оформлении группы, изготовлении пособий для занятий.

На прогулках проводились наблюдения в природе, дети знакомились со свойствами воды и песка, проводили опыты и эксперименты, выполняли посильные трудовые поручения: собирали шишки, камешки, сухие веточки.

Дети с удовольствием занимались художественным творчеством: рисовали мелками, карандашами, пальчиками на бумаге и на песке, лепили из песка и пластилина, выполняли аппликации. С помощью настольного театра и художественных книг дети познакомились с различными художественными произведениями. Присутствовали в качестве гостей на празднике прощания с летом.

Не все дети еще удачно прошли адаптацию, некоторым требуется для этого более длительный период, повышенное внимание и особый подход, но большая часть детей с удовольствием посещают детский сад, хорошо взаимодействуют как со взрослыми, так и с другими детьми. Они играют в игры, умеют правильно манипулировать игрушками, приобрели культурно-гигиенические навыки, следуют правилам поведения в детском саду. А оздоровительная работа способствовала удачной адаптации.

***Методическое обеспечение проекта***

1. Памятки для родителей по адаптации детей к ДОУ – приложение №1
2. Папка передвижка для родителей – приложение №2
3. Потешки для режимных моментов – приложение №3
4. Пальчиковые игры – приложение №4
5. Дидактические игры – приложение №5
6. Подвижные игры – приложение №6
7. Артикуляционная гимнастика – приложение №7
8. Дыхательная гимнастика – приложение №8
9. Утренняя гимнастика – приложение №9
10. Гимнастика после сна – приложение №10
11. Игры для снятия напряжения, тревожности детей – приложение №11
12. Эксперименты и опыты – приложение №12
13. Фотографии – приложение №13
14. Итоги адаптационного периода – приложение №14

**Приложение №1**

******

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ«ЗДРАВСТВУЙ, ДЕТСКИЙ САД!»**

**ПЕРИОД АДАПТАЦИИ В ДЕТСКОМ САДУ**

**Что же такое — период адаптации?**

Это время, в течение которого ребенок привыкает к новым условиям жизни: ежедневному посещению детского сада.

Принято считать что период адаптации длится у ребенка один месяц. В это время ребенку в детском саду рекомендуют укороченное пребывание в группе в течение дня и не делают прививок.

Именно в течение первого месяца от начала посещения детского сада большинство детей (90%), заболевают ОРВИ. Через месяц ребенок считается адаптировавшимся к посещению детского сада. На самом деле продолжительность периода адаптации у каждого ребенка своя, индивидуальная, одни дети привыкают к садику быстрее, другие медленнее, третьи вообще наотрез отказываются от посещения детского сада или болеют так часто и долго, что маме приходится сидеть с ребенком дома или искать ему няньку.

В период адаптации ребенок испытывает стресс. Он неожиданно для себя остается в детском саду среди других детей, с незнакомой тетей, в чужой обстановке. Любимая мамочка вдруг куда-то уходит. Отсутствие рядом мамы — главный стрессовый фактор для ребенка, особенно, если раньше он с ней никогда не расставался. Чем младше ребенок, тем труднее объяснить ему, почему мама уходит и оставляет его с тетей. Но, поскольку вариантов у ребенка нет, ему приходится приспосабливаться к новым условиям жизни.

Привыкание происходит не сразу, поэтому получается, что ребенок испытывает длительный стресс, который, как всем известно, действует на весь организм, причем особенно сильно на слабые места этого организма. Поэтому все хронические заболевания в первые месяцы посещения детского сада могут обостриться.

С другой стороны у ребенка резко расширяется круг общения: он внезапно оказывается в группе из 20-30 детей и нескольких воспитателей. У каждого из них своя, новая для ребенка микрофлора, которая может вызвать заболевание в его ослабленном стрессом организме, иммунитета к этим микробам у ребенка пока еще нет. У кого-то из детей окажется не долеченным насморк — в результате во вновь сформированной группе возникает вспышка ОРЗ.

Добавляются и другие факторы: перегревание и переохлаждение, отказ от еды в детском саду, не засыпание в детском саду, запоры (намеренная задержка стула) – все это способствует развитию простудных заболеваний у детей.

**Когда лучше отдать ребенка в садик.**

На сегодняшний день дети обычно впервые идут в детский сад в возрасте от 1,5 до 4х лет. Четких рекомендаций, когда ребенку лучше пойти в садик не существует. Но рекомендуется отдать ребенка в садик до 5-6 лет, чтобы он получил навыки социального общения со сверстниками, которые не могут дать ему родители.

**Если ребенок идет в садик в 2-3 года.**

Это самый частый возраст, когда дети впервые идут в садик и одновременно самый сложный для ребенка с психологической точки зрения, потому что:

* + - * у такого ребенка еще нет потребности общения со сверстниками, ему вполне хватает домашнего общения,
* дети нуждаются в близком общении с родителями и в персональном внимании,
* дети боятся незнакомых людей и необычных ситуаций,
* для мальчиков до 3х лет очень важна эмоциональная связь с матерью.

**Зато:**

* у таких детей значительно более зрелая иммунная система и меньше риск частых простудных заболеваний,
* они уже владеют некоторыми навыками самообслуживания, чем больше этих навыков, тем лучше для ребенка.

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Как помочь ребенку быстрее адаптироваться.**

Начнем с самых простых способов.

**Научить.**

Чем больше ребенок будет уметь делать сам, тем легче ему будет в садике.

Хорошо, если он умеет сам пить из чашки и есть ложкой — не будет сидеть за столом, ждать, когда его накормят и нервничать, или не откажется совсем есть в садике, потому, что воспитатели не умеют кормить, да еще и развлекать, так как мама. Ребенок будет сытым и спокойным, а не голодным и капризным.

Сам одевается и раздевается — не будет ждать своей очереди, чтобы его одели на прогулку или раздели после нее — не перегреется.

Сам пользуется унитазом, садится на горшок или хотя бы просится на него — не будет ходить в мокрых штанах или намеренно задерживать стул.

Чем лучше ребенок разговаривает — тем легче ему общаться с детьми и воспитателями — выражать свои желания. Нужно познакомить ребенка с другими детьми, а заодно и с их родителями — расширять круг общения.

Надо гулять там, где много детей, учить ребенка не бояться их и не обижать других, а играть с ними. Можно погулять на территории садика, объяснить ребенку, что скоро он будет сюда ходить каждый день, рассказать, что он будет делать в садике. Гулять на территории садика вечером, чтобы ребенок видел, как родители забирают детей.

Нужно сделать режим ребенка максимально приближенным к расписанию садика. Вставать утром пораньше, завтракать, обедать спать и полдничать, как в садике, между завтраком и обедом выйти погулять.

Ознакомиться с меню садика и максимально приблизить к нему рацион питания ребенка.

**Укрепить здоровье.**

Питание ребенка должно быть полноценным. Содержать достаточное количество белков, жиров, микроэлементов и витаминов: все эти вещества участвуют в образовании антител, а значит укрепляют иммунитет. Поэтому в питании ребенка обязательно должны быть мясо, морская рыба, молоко (кефир), яйца, творог; свежие овощи и фрукты; растительное и сливочное масло.

Чаще всего дети идут в садик в августе-сентябре. А лето самое лучшее время для закаливания: полезно много гулять, делать воздушные ванны, ходить босиком, купать ребенка в открытых водоемах.

Ребенок, который впервые идет в детский сад, должен быть здоров, а если у него есть хронические заболевания — они должны быть в состоянии ремиссии.

Лучше, если ребенок пойдет в садик не в сентябре, а в мае, июне или хотя-бы в начале августа. Тогда начало посещения садика не совпадет с ухудшением погоды и началом волны ОРЗ. Тогда ребенку будет легче адаптироваться к садику и не заболеть.

Обязательно организовать ребенку постепенное привыкание к садику. Многие родители торопят события, стараются скорее оставить ребенка в садике на весь день — это увеличивает риск срыва адаптации и развития заболеваний.

Адаптация может быть **легкая**, длительностью до 1 месяца:

* 3-4 дня прогулки на детской площадке с группой,
* еще 3-4 дня посещение группы до обеда вместе с мамой,
* затем неделю пребывание ребенка в группе до обеда,
* затем еще на неделю добавить сон в детском саду,
* и, наконец, оставить ребенка в садике на полный день.

В случае адаптации **средней** тяжести ребенок испытывает стресс и все периоды увеличиваются.

При **тяжелой** адаптации процесс затягивается до полугода и дольше, ребенок начинает непрерывно болеть.

В таком случае лучше прекратить посещение садика на год, укрепить здоровье ребенка, а через год начать посещение садика снова.

***Во время привыкания к садику не рекомендуется:***

* пугать и наказывать ребенка садиком: (вот пойдешь в дет.сад, там тебя научат, как надо себя вести),
* плохо говорить о воспитателях при ребенке,
* приучать еще к чему-то новому или отучать от чего-то, возлагать на ребенка новые обязанности,
* резко менять режим дня во время болезни, по праздникам, в выходной

***Рекомендуется:***

* папе отводить ребенка в садик, обычно к папе ребенок привязан меньше, поэтому с ним легче расстаться;
* не затягивать процедуру прощания;
* договариваться с ребенком, когда вы его заберете и стараться не опаздывать;
* давать с собой первое время любимую игрушку или мамино фото, так малышу будет комфортнее.

**Приложение №2**

***Папка-передвижка родителей***

***по безопасности детей в летний (отпускной) период***

Уважаемые родители, понятно, что ежедневные хлопоты отвлекают вас, но не забывайте, что вашим детям нужна помощь и внимание, особенно в летний период.

Во-первых: ежедневно напоминайте своему ребёнку **о правилах дорожного движения.** Используйте для этого соответствующие ситуации на улице во дворе, по дороге в детский сад. Находясь с малышом на улице полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти проезжую часть, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что они нарушают правила, рискуя попасть под движущиеся транспортные средства. Помните, что ваш ребёнок должен усвоить:

без взрослых на дорогу выходить нельзя, идешь со взрослым за руку, не вырывайся, не сходи с тротуара;

ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;

переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились;

проезжая часть предназначена только для транспортных средств;

движение транспорта на дороге регулируется сигналами светофора;

в общественном транспорте не высовываться из окон, не выставлять руки и какие-либо предметы.

Во – вторых: **при выезде на природу** имейте в виду, что

при проведении купания детей во время походов, прогулок и экскурсий в летнее время выбирается тихое, неглубокое место с пологим и чистым от коряг, водорослей и ила дном;

детей к водоемам без присмотра со стороны взрослых допускать нельзя;

за купающимся ребёнком должно вестись непрерывное наблюдение;

во время купания запретить спрыгивание детей в воду и ныряние с перил ограждения или с берега;

решительно пресекать шалости детей на воде.

В-третьих: постоянно напоминайте вашему ребёнку **о правилах безопасности на улице и дома:**

Ежедневно повторяйте ребёнку:

— Не уходи далеко от своего дома, двора.

— Не бери ничего у незнакомых людей на улице. Сразу отходи в сторону.

— Не гуляй до темноты.

— Обходи компании незнакомых подростков.

— Избегай безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов.

— Не входи с незнакомым человеком в подъезд, лифт. Здесь стоит отметить, что иногда преступления совершаются знакомыми людьми (например, какой-нибудь сосед, добрый, улыбчивый и тихий дядя Ваня на деле может оказаться маньяком).

— Не открывай дверь людям, которых не знаешь.

— Не садись в чужую машину.

— На все предложения незнакомых отвечай: «Нет!» и немедленно уходи от них туда, где есть люди.

— Не стесняйся звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде.

— В минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяют силу, кричи, вырывайся, убегай.

Уважаемые родители, помните и о **правилах безопасности вашего ребёнка дома:**

— не оставляйте без присмотра включенные электроприборы;

— не оставляйте ребёнка одного в квартире;

— заблокируйте доступ к розеткам;

— избегайте контакта ребёнка с газовой плитой и спичками.

Помните! Ребенок берёт пример с вас – родителей! Пусть ваш пример учит дисциплинированному поведению ребёнка на улице и дома

Старайтесь сделать все возможное, чтобы оградить детей от несчастных случаев!

**Безопасность на природе**

**Помощь при укусах комаров**

В летнее время, в особенности за городом, дети нередко подвергаются укусам комаров. При этом на месте укуса появляются припухлость, покраснение, зуд, иногданастолько сильный, что дети становятся беспокойными, плохо спят. Расчесывая кожупосле укусов, дети могут занести инфекцию, в результате чего возникают гнойничковыезаболевания. Чтобы уменьшить зуд, надо протереть укушенные места спиртом,одеколоном, водкой. По приезде на дачу наиболее открытые части тела ребенка (лицо,шею, руки, ноги) следует смазывать кремом, отпугивающим комаров.

**Помощь при укусах пчел и ос**

В организм ребенка от укуса пчелы попадает яд, вызывающий припухлость и покраснение кожных покровов. Острая боль, которую пострадавший испытывает впервое время после укуса, в дальнейшем переходит в сильный зуд. Через 2-3 дня всеболезненные явления проходят.

Оказывая помощь пострадавшему, в первую очередь необходимо найти и удалить жало, содержащее яд насекомого. Затем место укуса протирают раствором спирта илийодом. Для уменьшения боли и отека прикладывают холод.На место укуса пчелы или осы нельзя класть землю, так как с нею можно занестивозбудителей гнойной инфекции и столбняка. При общих симптомах отравления, а также при укусе в зев, глотку, глаз ребенканужно срочно доставить в медицинское учреждение.

**Помощь при укусах ядовитых насекомых и змей**

Ядовитые насекомые - каракурт, скорпион, фаланга, тарантул и др. - встречаются в различных районах нашей страны: на Кавказе, в Крыму, в Средней Азии. Укусыбольшинства из них вызывают местную реакцию: боль, красноту, припухлость. Приукусах скорпиона, тарантула и особенно паука каракурта могут иметь место и слабость,головная боль, учащенное дыхание, падение сердечной деятельности и даже паралич(укус каракурта).Живет каракурт в пустыне, в кустах, под камнями, около жилья человека; в отличиеот скорпиона, встречается редко. Укус самки каракурта в определенные периоды еежизни может быть смертелен не только для человека, но и для таких крупныхживотных, как лошадь, верблюд. Ядовитые змеи встречаются в средней полосе Советского Союза, на Кавказе, вКрыму (гадюка), а также в Средней Азии (кобра, гюрза, эфа). По характеру действия наорганизм яды змей подразделяются на две категории. Яд кобры действует на нервнуюсистему человека. У пострадавшего возникают общие симптомы отравления: рвота,слабость, одышка, полупараличи и параличи. Яды других змей вызывают местныесимптомы: резкую боль, отечность вокруг укуса, обширные кровоизлияния. Однакоможет наступить и смертельный исход. Если ребенка укусило какое-либо ядовитоенасекомое или змея, необходимо ему в первую очередь создать полный покой, чтобыуменьшить концентрацию яда, попавшего в кровь, дать обильное питье и немедленно доставить на носилках в ближайший медицинский пункт, где ему будет введенаспециальная сыворотка. От укусов ядовитых насекомыхи змей пострадавших лечат также обильным переливанием донорской крови. Для летнего отдыха детей надо выбирать места, где ядовитые насекомые и змеивстречаются редко. Не следует гулять с детьми в сырых, низких и особенноболотистых местах, заходить с ними в высокую траву, густой кустарник, разрешать имиграть и валяться на сене и соломе. Ни одна змея (за исключением эфы), если ее не потревожить, не нападает начеловека. Змеи всегда уступают людям дорогу, уползая в сторону. Если человекподошел слишком близко, большинство змей предупреждает его о своемместонахождении: кобра поднимает переднюю, треть тела и раздувает капюшон,гюрза издает своеобразное шипение, гремучие змеи - шуршащие звуки движениемкопчика хвоста. Змей не следует жестоко и бессмысленно уничтожать, так как их яд в определенныхдозах является ценным лечебным средством, он входит в состав многих лекарств.

**Первая помощь при укусе клеща**

Клещи — это мелкие паукообразные. Они очень малы по своим размерам и их обычно бывает трудно заметить до тех пор, пока они не насосутся крови. Но тогда бывает ужепоздно. Попадая на тело человека, клещ не сразу впивается в его кожу, а долгоползает, отыскивая наиболее нежные места (где тонкая кожа). Чаще всего онвпивается в области паха, подмышками, на шее, в области ключиц, на животе и спине.Укус его совершенно нечувствителен, т. к. в слюне клеща содержится обезболивающеевещество.В отличие от комаров, которые, насосавшись крови, сразу же улетают, клещиприсасываются на три-четыре дня. От выпитой крови клещи сильно раздуваются,увеличиваясь в размерах в три-четыре раза, и только потом отпадают.Опасны клещи не своим укусом, а тем, что они сосут кровь у различных животных, иот каждого животного набираются микробов. Потом эти микробы вводятся ими в кровьжертвы.Важно знать, даже если укус клеща был кратковременным, риск зараженияклещевыми инфекциями не исключается. Однако нужно понимать, чтоналичие инфекции у клеща еще не значит, что заболеет человек.

**Когда опасен клещ**

Наиболее опасен клещ в весенне-летний период, в августе опасность заражения резко снижается, а в сентябре-октябре практически сходит на нет. Наиболее активны клещиутром и вечером, любят затененные влажные места с густым подлеском. На светлыхместах их обычно не бывает. Клещи любят находиться вблизи троп, по которым ходятживотные (в том числе и мыши). Любят места, где пасется скот, различные вырубки иглухие места. В жару или дождь клещи прячутся и не нападают.Не забывайте о том, что клещи ползут снизу вверх. Ошибочно то мнение, что клещинападают с деревьев или высоких кустов. Они подстерегают свою «добычу» средирастительности нижнего яруса леса (обычно высотой не более 1 м). В высокой травеклещи имеют лучшую защиту от солнечных лучей и больше шансов для нападения.

**Первая помощь при укусе клеща**

Укус клеща безболезнен, лишь через сутки или двое возникает ощущение легкой тянущей боли, так как на месте присасывания развивается местная воспалительнаяреакция, иногда с нагноением. Ранка от укуса обычно сильно зудит и очень медленнозаживает.Заметив укус, можно удалить клеща самостоятельно или обратиться за оказаниемпервой помощи в травмпункт , поликлинику или пункт профилактики клещевыхинфекций.

**Как удалить клеща?**

Самостоятельно вытаскивать клещей можно пинцетом, петлей из прочной нитки (для этого метода нужна сноровка), или пальцами, желательно продезинфицированнымиспиртовым раствором. Если клещ уже глубоко впился в тело, на него можно капнутьрастительным маслом, вазелином, чем-то обволакивающим и перекрывающим доступвоздуха.Вытаскивать клеща нужно слегка покачивая его из стороны в сторону, а затемпостепенно вытягивая. Если хоботок оторвался и остался в коже, то его удаляютпрокаленной на пламени и остуженной иглой как занозу. Даже, если вы не полностьюудалите паразита, и под кожей останется хоботок, интоксикация вирусом будетпроходить медленнее.При оказании первой помощи при укусе клеща избегайте всякого контакта спаразитом, поскольку опасность передачи инфекции существует и реальна.

1. **Первая помощь при отравлениях ядовитыми растениями**

1.1. Перечень ядовитых растений:

– белена черная;

– дурман обыкновенный – ядовиты все части растения;

– клещевина обыкновенная – отравление происходит семенами, похожими на фасоль,

бобы (употребление 10 семян приводит к смерти);

– паслен черный;

– волчьи ягоды;

– амброзия.

1.2. Симптомы отравления ядовитыми растениями и оказание первой доврачебной помощи.

Белена черная – сухость слизистой полости рта и кожи, кожная сыпь, осиплость голоса, жажда, тошнота, рвота, задержка мочеиспускания, повышение температуры тела,судороги, буйное состояние. Симптомы развиваются от 10 мин до 10–15 ч. Приотравлении беленой черной показано промывание желудка раствором гидрокарбонатанатрия с активированным углем; влажное обвертывание, холод на голову, паховыеобласти, симптоматическое лечение.

Дурман обыкновенный – сухость слизистой полости рта и кожи, кожная сыпь, осиплость голоса, жажда, тошнота, рвота, задержка мочеиспускания, повышение температурытела, судороги, буйное состояние. Симптомы развиваются от 10 мин до 10–15 ч. Приотравлении дурманом обыкновенным показано промывание желудка растворомгидрокарбоната натрия с активированным углем; влажное обертывание, холод наголову, паховые области, симптоматическое лечение.

Клещевина обыкновенная – недомогание, тошнота, рвота, боль и жжение в пищеводе и желудке, головная боль, сонливость, потеря ориентации, сознания, цианоз, нарушениесердечной деятельности, судороги, температура тела понижена. При отравлении клещевиной обыкновенной следует провести многократное промывание желудка,клизмы с введением активированного угля, также показан прием слизистых отваров(кисель, желе); полный покой с обогреванием тела.

Паслен черный – боль в животе, тошнота, рвота, депрессивное состояние, головокружение, затрудненное дыхание, неправильный пульс, нарушение сердечнойдеятельности, коматозное состояние. При отравлении пасленом черным показанопромывание желудка активированным углем, искусственная вентиляция легких.

1.3. Во всех случаях отравлений ядовитыми растениями должна быть проведена госпитализация в лечебное учреждение.

2. **Первая помощь при отравлениях ядовитыми грибами**

2.1. Отравление наступает при употреблении в пищу ядовитых грибов (мухоморы, бледная и зеленая поганка, ложные опята), а также условно съедобных грибов(строчки, сморчки, свинушки, волнушки, сыроежки) при их недостаточной кулинарнойобработке (если они мало промыты, не выдержаны в воде, плохо проварены, непрожарены).

Скрытый период отравления – 1–4, реже 10 ч. Затем возникают тошнота, рвота, разлитая боль в животе, диарея, может появиться желтуха; при тяжелых отравлениях –параличи, кома.

2.2. При оказании помощи необходимо обильное питье с последующим вызыванием рвоты, очистительная клизма. Промывание желудка активированным углем. Срочнаягоспитализация.

3**. Первая помощь при тепловом, солнечном ударе**

3.1. У ребенка, длительное время находящегося в сильно натопленном помещении или жаркую безветренную погоду в тени, может произойти тепловой удар; нормальнаятерморегуляция организма нарушается, температура тела повышается, появляютсявялость, покраснение лица, обильное потоотделение, головная боль, нарушаетсякоординация движения. В более тяжелых случаях дыхание учащается, лицо бледнеет,наступает потеря сознания. То же происходит и при длительном воздействии нанепокрытую голову ребенка прямых солнечных лучей (солнечный удар).

3.2. При первых признаках теплового или солнечного удара пострадавшего необходимо перевести в тенистое, прохладное место, снять одежду, смочить голову игрудь прохладной водой. При отсутствии дыхания или сильном его ослаблении сделатьискусственное дыхание.

**Приложение №3**

**Потешки для режимных моментов**

******

******

******







**Приложение №4**

**Пальчиковые игры**

**ЗАЙКА**

Зайка, зайка, где твой хвост? хлопки

- Вот, вот, вот! руки за спиной

Зайка, зайка, где твой нос? хлопки

- Вот, вот, вот! показать нос

Зайка, зайка, лапы где? хлопки

- Вот, вот, вот! показать руки

Зайка, зайка, ушки где? хлопки

- Вот, вот, вот! показать ушки

**ВОРОНА**

У вороны голова, руки на голове,

ва-ва-ва-ва 4 хлопка

Клюв и крылья, руки у носа, «крылья»

Хвостик, ноги, руки за спиной, топать,

оги-оги-оги-оги 4 хлопка

**МАШИНКА**

Заведу мою машину «мотор»

- Би-би-би, налью бензину. 3 хлопка, топать

Крепко-крепко руль держу «держать руль»

На педаль ногою жму. топать правой ногой

**ПАРОВОЗ**

Ехал, ехал паровоз руки в «замок», большие пальцы вращаются

Прицепил вагон, повез. сцепить указательные пальцы

Ехал, ехал паровоз

Прицепил вагон, повез…………..

**КОРАБЛИК**

Вот плывет кораблик мой руки – «полочка», покачиваются

Он плывет ко мне домой руки вперед, ладони сомкнуть углом (нос)

Крепко я держу штурвал «держать штурвал»

Я ведь главный капитан 4 хлопка

**САМОЛЕТЫ**

Мы сегодня самолеты, И.П. сидя на пятках, «мотор» (вращение руками)

Мы не дети, мы пилоты. 4 хлопка

Руки – нос, и руки – крылья «нос», «крылья»

Полетела эскадрилья. встать, разбежаться, руки – крылья

**Приложение №5**

**Дидактические игры**

*"Кто где спрятался?"*

Цель: Сформировать понимание некоторых предлогов, активизировать речь.

Оборудование: любая игрушка.

Описание игры. Взрослый прячет игрушку на стул, под кровать, за дверь, около шкафа и т.д. После того, как ребенок находит игрушку, взрослый спрашивает: "Куда спряталась игрушка? (под стол). Правильно. Игрушка под столом". Взрослый выделяет предлог голосом, затем предлагает малышу спрятать игрушку, а сам ищет ее, активизируя речь ребенка вопросом: "Куда ты спрятал игрушку?"

*"Назови ласково."*

Цель: Учить образовывать существительные с уменьшительно-ласкательными суффиксами.

Оборудование: Картинки с изображением предмнтов из какой-нибудь серии (посуда, мебель, транспорт, животные).

Описание игры.

Взрослый показывает ребенку картинку с изображением, например, машины и спрашивает что это (машина). Затем просит ребенка назвать машину ласково (машинка).

*"Что внутри?"*

Цель: развивать мышление, воображение, речь, слуховое воприятие ребенка.

Описание игры. Посадите ребенка перед собой. Называйте тот или иной предмет или место и побуждайте ребенка называть то, что может находиться внутри этого предмета или места.

"Что вокруг нас?"

Цель: развивать внимание, мышление, расширить словарный запас ребенка и его кругозор.

Описание игры. Попросите ребенка осмотреть комнату, в которой он находится. Затем он должен назвать как можно больше предметов, которые находятся в этой комнате. Рассказывайте ребенку о каждом названном предмете.

*"Крышка".*

Цель: Развивать мышление, мелкую моторику рук, зрительное восприятие и глазомер.

Описание игры. Посадите ребенка за стол. Поставьте перед ним баночки и отдельно положите крышки. Попросите ребенка подобрать крышки для каждой баночки и закрутить. Затем преложите ему открутить крышки. Если у малыша что-то не получатся, обязательно помогайте ему.

*Игра «Что растет на огороде»*

Дидактическая задача. Учить различать овощи по вкусу и по внешнему виду.

Игровая задача. Угадать, какие овощи ежик положил в суп.

Игровое правило. Доставать овощи и определять их по вкусу, рассмотрев их внешний вид и наощупь.

Ход игры

Воспитатель приносит в группу ежика и говорит: «Ежик вырастил на своем огороде урожай овощей. Ежик хороший повар. Он решил сварить суп. Порезал овощи, сложил в кастрюлю, а потом ему позвонили по телефону, и он отвлекся. Когда ежик вернулся, то не смог вспомнить, какие овощи он резал на дощечке. Помогите ежику узнать овощи для супа».

Воспитатель дает детям попробовать порезанные овощи: морковь капусту, репу. Овощи можно сложить в глубокую чашку, чтобы дети брали овощ, не видя его, наощупь и определяли на вкус.

Игра «На нашем участке»

Дидактическая задача. Учить детей ориентироваться на участке детского сада, называть знакомые предметы, выполнять поручения.

Игровая задача. Познакомить ежика с участком детского сада.

Игровое правило. Не перепутать названия предметов; придумать поручение (по подсказке воспитателя).

Игра проводится на прогулке.

Воспитатель «замечает» возле веранды ежика (игрушка) и сообщает об этом детям. Ребята обступают ежика, рассматривают его.

Педагог просит детей познакомить ежика с участком и показать все самое интересное вокруг. Дети по очереди берут ежика и показывают ему все, что хотят, называя предмет: веранда, горка, песочница, лесенка, качели и т.д. Ежик дает детям поручения: перенести ведерко из песочницы на веранду, покачать на качелях куклу; потренировать мишку на перекладине, покопать лопаткой песок и сделать куличик. Он просит детей дать и ему поручения. В конце игры ежик дарит детям несколько яблок, которыми воспитатель угощает их на полдник.

*Игра «Коровка, дай молочка»*

Дидактическая задача. Совершенствовать интонационную выразительность речи; развивать мелкую моторику рук.

Игровая задача. Попросить молочка.

Игровое правило. Не ошибаться, чтобы не сердить коровку.

Ход игры

Воспитатель показывает детям игрушечную корову, которая «пасется на лугу». Предлагает ласково позвать корову: «Коровушка, буренушка, дай молочка».

Если дети зовут выразительно, то коровка отвечает: «Му-у-у! Мо­лока кому-у-у!» Ребенок «подставляет горшочек» (ладошки) и выпивает молочко. Если ребенок не достаточно выразительно и ласково просит, то корова отвечает: «Му-у-у! Не пойму-у-у!» Тогда ребенок просит молока еще раз.

Вариант игры. Таким же образом воспитатель может предлагать детям обратиться к барашку за шерстью, к курочке за яичком, к гусю за перышком. Ребята, получив подарок от животного, показывают, что будут с ним делать: вязать носочки (круговые движения руками; катать яичко (ладошка о ладошку); рисовать (движения руки в воздухе).

*Игра «Строим дом»*

Дидактическая задача. Развивать представления детей о форме; учить соотносить количество (один — много).

Игровая задача. Построить домики для собачки и кошки.

Игровое правило. Выбрать строительный материал, который понравится собачке и кошке.

Ход игры

Воспитатель приносит в группу собачку и кошку (игрушки), сообщает, что эти животные хотят построить домики, и предлагает детям помочь в строительстве: «Собачка хочет домик из кирпичиков, кошка — из кубиков. Надо ехать в магазин строительных материалов. В магазине много товара».

Дети выбирают нужный материал среди кирпичиков, кубиков и шаров; нагружают товар в машину и везут, потом строят домики: из кирпичиков — собачке, из кубиков — кошке.

В ходе игры воспитатель спрашивает у детей: «Сколько кубиков в машине?» (Много.)

Снова спрашивает, когда кубики выгрузили и остался один кубик: «Сколько теперь стало кубиков?» (Один.)

Дети строят домики самостоятельно. Показывают собачке и кош­ке их домики. Животные радуются и весело пляшут.

**Приложение №6**

**Подвижные игры**

**Медведь и дети** (1 год 6 месяцев — 2 года)

Задачи. Учить бегать в одном направлении, действовать в соответствии со словами взрослого; вызывать удовольствие от совместных действий; поощрять самостоятельность детей.

Содержание игры. Роль медведя исполняет помощник воспитателя или ребенок старшей группы. Дети размещаются на одном конце групповой комнаты или участка. Воспитатель произносит слова:

Мишка по лесу гулял, Долго, долго он искал,

Мишка деточек искал, Сел на травку, задремал.

Медведь ходит по группе и делает вид, что ищет детей. Затем он садится на противоположном конце комнаты на стул и дремлет. Воспитатель говорит:

Стали деточки плясать, Мишка, Мишка, вставай,

Стали ножками стучать. Наших деток догоняй.

Под эти слова дети бегают по комнате, топают ножками, выполняют движения по своему желанию. Взрослый поощряет их

**Поезд** (1 год 6 месяцев — 3 года)

Задачи. Учить двигаться в определенном направлении, согласовывать действия с другими детьми; вселять чувство уверенности и спои возможности; побуждать к самостоятельным действиям.

Содержание игры. Взрослый предлагает нескольким детям встать друг за другом. Дети выполняют роль вагончиков, а взрослый — паровоза. Паровоз дает гудок, и поезд начинает движение: вначале медленно, а затем все быстрее и быстрее. Дети двигают руками в такт словам «чу-чу-чу».

Варианты игры (2 года 6 месяцев — 3 года)

1. Роль паровоза выполняет ребенок.

2. Детям предлагают выйти на остановку, где они играют, собирают цветы и т. п.

3. Игра может проводиться под пение следующей песенки:

Вот поезд наш едет, Ребят он повез

Колеса стучат, Далеко-далеко.

А в поезде этом Но вот остановка,

Ребята сидят. Кто хочет слезать?

Чу-чу-чу, чу-чу-чу! Вставайте, ребята,

Бежит паровоз Пойдемте гулять!

Далеко-далеко.

После этих слов дети разбегаются по группе или участку. По сигналу взрослого они встают друг за другом, изображая вагончики.

**Куры и кошка** (I год 8 месяцев — 3 года)

Задачи. Совершенствовать бег; развивать умение подражать, быть внимательным и действовать по сигналу; поощрять самостоятельные действия; вызывать чувство радости от совместных действий.

Содержание игры. Дети изображают курочек. Роль кошки исполняет помощник воспитателя. Воспитатель уточняет с детьми, как курочки машут крыльями, как они ходят, клюют зернышки. Определяет место, где живут курочки и где они будут прятаться от кошки. Затем воспитатель произносит следующие слова:

Выходите, курочки, Жучков, паучков

Собирайте крошки, На зеленой дорожке.

Дети-курочки выбегают на середину зала, машут крыльями, летают. Воспитатель продолжает:

Куры крыльями махали: Куры клювиком стучали:

Ко-ко-ко, ко-ко-ко! Тук-тук-тук, тук-тук-тук!

Дети-курочки присаживаются на корточки и стучат пальцами по полу, произнося: «Тук-тук-тук!»

Вдруг появляется кошка (помощник воспитателя):

Выйду, выйду на дорожку, Там, где куры ищут крошки,

Мяу-мяу-мяу! Мяу-мяу-мяу!

Куры громко кричат: «Ко-ко-ко, ко-ко-ко!» — и убегают в свои домики.

**Уточки и собачка** (1 год 8 месяцев — 3 года)

Задачи. Совершенствовать ходьбу, бег; побуждать к подражанию; вызывать чувство радости от совместных действий со взрослым и сверстниками.

Материал. Шапочки или нагрудные эмблемы с изображением уточек по количеству играющих детей, шапочка собачки или собачка -игрушка.

Содержание игры. Взрослый берет на себя роль утки-мамы, а дети изображают маленьких утят. Утка-мама показывает утятам, где пруд, и предлагает пойти поучиться плавать:

Рано-рано утречком Уж она их учит, учит!

Вышла мама-уточка Вы плывите, ути-деточки,

Поучить утят. Плавно в ряд.

(А. Барто)

Утка-мама плавно двигается, отводя руки слегка назад, дети-уточки подражают ей. Затем она говорит: «Уточки в пруду плавают, крылышки приглаживают» (гладит руки, бока плавными движениями), хвалит де ток-уточек: «Вот молодцы, как хорошо пригладили свои крылышки, кря-кря, кря-кря».

Вдруг с лаем появляется собачка (помощник воспитателя или ребе нок старшей группы). Утка-мама говорит:

Ты, собачка, не лай!

Наших уток не пугай!

Утки наши белые

Без того не смелые.

(И. Токмакова)

Собачка подбегает к пруду, а утята быстро плывут к утке-маме и прячутся у нее под крыльями. Собачка убегает. Игра повторяется. За тем утка-мама говорит:

Ты, собачка, не лай!

Наших уток не пугай!

Лучше с нами поиграй.

Пойдем к нам в гости, мы тебя угостим чем-нибудь вкусным. (Дети угощают собачку.)

**Я люблю свою лошадку** (2—3 года)

Задачи. Учить бегать галопом; развивать внимание, учить действо вать по сигналу; развивать воображение, подражание.

Содержание игры. Дети имитируют наездников. На слова из стихотворения А. Барто «Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко, гребешком приглажу хвостик...» гладят, причесывают своих лошадок. На слова «И верхом поеду в гости...» скачут галопом (если еще не умеют, то как могут). Взрослый вначале действует с детьми, а они подражают ему. Затем дети действуют самостоятельно, а взрослый поощряет их.

**Вороны** (2—3 года)

Задачи. Совершенствовать бег в сочетании с движениями рук; побуждать к подражанию взрослому; учить действовать в соответствии с текстом.

Содержание игры. Дети изображают ворон, они стоят стайкой и подражают движениям воспитателя, который поет или говорит нараспев:

Вот под елочкой зеленой

Скачут весело вороны,

Кар-кар-кар!

(Дети бегают по комнате, размахи вая руками, как крыльями, произ нося «Кар-кар-кар!».)

Целый день они кричали,

Спать ребяткам не давали,

Кар-кар-кар!

(Продолжают бегать.)

Только к ночи умолкают

И все вместе засыпают,

Кар-кар-кар!

(Садятся на корточки, ручки под щечку и засыпают, тихо произнося «Кар-кар-кар!».)

**Приложение №7**

**Артикуляционная гимнастика**

**«Открываем-закрываем широко окно»:** при выполнении этого, как и всех остальных упражнений необходимо фиксировать положение рта на несколько секунд, а не просто широко открывать и закрывать его;

**«дудка-дудочка-дуда»:** можно использовать подручные средства (карандаш, свернутую трубочкой бумагу и т.д.) и имитировать игру на дудке;

**«покажи забор»:** широкая-широкая «голливудская» улыбка;

**«чистим зубки»:** широко улыбаемся, но при этом проводим кончиком языка по внешней и внутренней поверхности зубов;

**«маляр»:** в данном упражнении акцент – язык, который «красит» верхнее небо при достаточно широкой улыбке;

**«ловим мышку за хвостик»:** нешироко приоткрываем рот, сильно высовываем язык и ловим его широкую часть зубами;

**«цоканье»:** это упражнение хорошо укрепляет уздечку языка, что способствует нормальному формированию звука «р».

**«Улыбнись маме»**

- Попросите малыша улыбнуться вам (или папе, бабушке).

- Сами покажите, как нужно улыбаться.

- Пусть ребенок удерживает улыбку как можно дольше.

- В будущем можете поиграть так: малыш улыбается, а вы нажимаете на его щечки большим и указательным пальцами, пытаясь сделать «трубочку». Но малыш должен «сопротивляться» и продолжать удерживать улыбку. Обычно эта игра очень веселит ребят.

**«Поцелуй маму»**

- Попросите малыша поцеловать вас в щечку. Упражнение и приятное, и полезное!

- После того как малыш научился вытягивать губки трубочкой и растягивать их в улыбке.

**«Воздушный шарик»**

- Попросите малыша надуть обе щеки: «Надувайся, пузырь, надувайся, большой!»

- Затем аккуратно нажмите указательными пальцами на надутые щечки ребенка: «Лопнул пузырь!» Звук, который при этом получится, не оставит равнодушным никого!

- Теперь учимся надувать левую, затем правую щеку. Это непросто, поэтому скорых результатов не ждите.

**«Домик для язычка»**

- Попросите кроху широко открыть рот, показать пасть крокодила.

- Теперь с открытом ртом пробуем высунуть язык.

- Держим язык 2-3 секунды, не закрывая рот

- Убираем язычок, рот закрываем.

- Следует повторить упражнение 3-5 раз.

5. «Накажем непослушный язычок»

- Попросим малыша приоткрыть ротик.

- Теперь высовываем язычок.

- ….и покусаем его слегка зубками.

**«Игра с ложечкой»** (на развитие чувствительности языка)

Подготовьте: чайную ложку и два стакана с водой — теплой и холодной.

- Попросите малыша закрыть глаза и высунуть язычок.

- Опустите ложку в стакан с теплой водой, а затем прикоснитесь ею к язычку малыша.

- Спросите: «Какая была ложечка — теплая или холодная?». Пусть ответит, как может. Если трудно, назовите нужное слово сами: «Теплая».

- Потом охладите ложку в стакане с холодной водой и прикоснитесь ею к язычку: «А теперь какая ложечка?»

**Приложение №8**

**Дыхательная гимнастика**

**Греем руки**

Исходная позиция: стоя или сидя, руки согнуты в локтях, ладошками к лицу.

Вдох. Длительный выдох на руки.

Повторить 4—5 раз.

**Рубим дрова**

Исходная позиция: стоя, ноги на ширине плеч, руки опу­шены.

Руки поднять вверх — вдох. Наклониться вперед (имита­ция рубки дров) — выдох. Повторить 3 раза.

**Каша кипит**

Исходная позиция: сидя, одна рука лежит на животе, дру­гая — на груди.

Втягивая живот и набирая воздух в легкие — вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот — выдох. При выдо­хе громко произносить: «Ф-ф-ф-ф». Повторить 3—4 раза.

**Раздуваем костер**

Исходная позиция: сидя или стоя, руки опущены. Набрать воздух через нос — вдох. Медленно выдыхать че­рез нос — выдох. Повторить 3—4 раза.

**Часики идут**

Исходная позиция: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены.

Размахивая прямыми руками вперед и назад произносить: «Тик-так».

Повторить 8—10 раз.

Указание: «Соблюдать устойчивое положение».

**Трубач играет на трубе**

Исходная позиция: сидя или стоя, кисти рук сжаты в тру­бочку, руки подняты.

Вдох. Медленный выдох, громко произнося: «П-ф-ф-ф-ф». Повторить 4—5 раз.

Указание: «Соблюдать устойчивое положение».

**Звонкий петушок**

Исходная позиция: встать прямо, ноги врозь, руки опус­тить. Поднять руки через стороны — вдох; выдыхая хлопать руками по бедрам, произнося: «Ку-ка-ре-ку».

**Веселый паровозик в пути**

Ходьба по комнате, выполняя попеременные движения ру­ками (руки согнуты в локтях) и приговаривая: «Чух-чух-чух». Продолжительность 20—30 секунд.

**Вырасти большой**

Исходная позиция: стоя прямо, ноги вместе.

Поднять руки, хорошо потянуться, подняться на носки — вдох, Опустить руки, опуститься на всю ступню — выдох. Произнести: «У-х-х-х»!

Повторить 4—5 раз. Темп умеренный.

Указание: «Соблюдать устойчивое положение».

**Гуси летят**

Медленная ходьба по комнате. На вдох — руки поднять в стороны; на выдох — опустить, произнося длительное: «Г-у-у v». Продолжительность 60 секунд.

**Бросим мячик**

Исходная позиция: стоя, мяч в опущенных руках.

Поднять руки вверх — вдох. Бросить мяч от груди вперед. При выдохе произносить длительное: «У-х-х-х». Повторить 5-6 раз.

**Приложение №10**

**Гимнастика после сна**

**«Мы проснулись».**

1. **«Веселые ручки»** - и. п.: лежа на спине. Поднимать руки в стороны и опускать вниз. (4 раза)

2. **«Резвые ножки»** - и. п.: то же. Поочередно поднимать то одну, то другую ногу. (4 раза)

3. **«Жучки»** - и. п.: то же. Перекаты на правый, затем на левый бок. (4-6 раз)

4. **«Кошечки»** - и. п.: стоя на средних четвереньках. Двигаться вперед-назад, наклоняться вниз, сгибая локти, возвращаясь в и.п. (4 раза)

Ходьба на месте обычная, выходят из спальни на носках.

**«Бабочка».**

Спал цветок И.п.: сидя на корточках,

вместе под щекой, глаза

закрыты, голова наклонена.

И вдруг проснулся И. п.: то же. Медленно открыть

глаза, опустить руки через

стороны, встать.

Больше спать И. п.: стоя. Повороты головы

не захотел вправо-влево, показать

пальчиком «не захотел».

Потянулся, улыбнулся, Дети выполняют

Взвился вверх и полетел движения по тексту.

(2-3 раза)

**Приложение №11**

**Игры для снятия напряжения, тревожности детей**

Упражнение «Прогулка в лес».

(Выполняется упражнения сопровождается музыкой с голосом птиц)

«Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Мы отправляемся на прогулку в осенний лес. Сегодня необычно хорошее утро. Ярко светит солнце, и его лучи нас согревают. Мы входим в лес по узкой тропинке и попадаем в необычное лесное царство. Осенний лес сказачно красив. Нам очень нравятся деревья с желтыми и красными листьями. Мы любуемся ими и дышим ровно и спокойно. Вот оторвался от ветки желтый листок и закружился в медленном плавном танце. Взгляните на яркий и пестрый ковер под ногами. Не правда ли, он красив? Пройдите по опавшей листве, прислушайтесь к шелесту листьев. Нам хочется лечь на волшебное покрывало. Ляжем. Вдохнем глубоко. Воздух в лесу чист и свеж. Пахнет опавшей листвой и грибами. Мы наслаждаемся этим ароматом и чувствуем себя счастливыми. Где-то в вышине поют птицы, курлычут журавли. Мы лежим на мягком ковре из листьев и слушаем звуки леса....

(запись птичьих голосов — 1-2мин.)

А теперь медленно встаньте. Откройте глаза, и вы увидите, что мир вокруг вас так же добр и красив, как утренний лес. Вы чувствуете себя свободно и прекрасно. Пронесите это ощущение через весь оставшийся день».

Упражнение « Порхание бабочки»

«Сядьте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и медленно. Хорошо. Представьте себе, что вы находитесь на природе прекрасным летним днем. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движение ее крыльев. Бабочка села на цветок рядом с вами. Обратите внимание на цвет и форму ее крыльев. Какой интересный рисунок крыльев — линии, темные пятна, светлые пятна! Вот бабочка взлетает и парит в воздухе, проследите, как медленно и плавно движутся ее крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно двжутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущениями медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг под вами. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую пахучую середину цветка. Вдохните еще раз его аромат....и откройте глаза».

Упражнение «Полет высоко в небе».

(Выполнение упражнения сопровождается медленной музыкой, шумом прибоя и криком птиц.)

«Сядьте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте себе, что вы находитесь в пекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое. Теплое солнце. Вы чувствуете себя абсолютно спокойным и счастливым. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это морской орел. Внимательно осмотрите его оперение: какие гладкие и блестящие у него перышки. Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Вы слышите звук взмахивающих крыльев, когда они энергично рассекают воздух. Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он — птица. Представьте, что это ваши крылья медленно взмахивают вверх и вниз. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты в стороны. Ваши крылья рассекают воздух, упираясь в его пллотные массы. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в небе. Вы чувствуете себя свободно и прекрасно. Пронесите это ощущение через весь оставшийся день».

Упражнение «Волшебный сон»

(Дети ложаться на пол, на ковер. Руки немного согнуты в локтях, лежат вдоль тела ладонями вниз, ноги немного разведены в стороны. )

Ведуший обращается к детям: «Сейчас, когда я начну читать стихи и заиграет тихая, спокойная музыка, вы закроете глаза и начнется игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему и будите все слышать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится тогда, когда я громко скажу: « Открыть глаза! Встать!»

Внимание... Наступает «Волшебный сон»

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...(2 раза)

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко...ровно...глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают... засыпают...(2раза)

Шея не напряжена

И рас-сла-а-аб-ле-на...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется...(2раза)

Дышится легко...ровно...глубоко...

Напяженье улетело...

И расслаблено все тело...(2 раза)

Греет солнышко сейчас...

Руки теплые у нас...

Жарче солнышко сейчас...

Ноги теплые у нас...

Дышится легко...ровно...глубоко...

Губы теплые и вялые,

Но нисколько не усталые...

Губы чуть приоткрываются...

Все чудесно расслабляется...(2раза)

Нам понятно, что такое...

Состояние покоя...(2раза)

Долгая пауза( до конца медленной музыки)

Начинает звучать бодрая, веселая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами. Ведущий обращается к детям:

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали...

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянулись! Улыбнулись!

Всем открыть глаза и встать!

**Приложение №12**

**Эксперименты и опыты**

Тема: песок.

Цель: познакомить детей со свойствами песка.

Эксперимент 1. (песок сухой – он светлый, сыпучий)

- Что насыпано в ваших тарелочках? Какого цвета песок? Дети потрогайте песок и скажите, какой он? Скажем вместе: сухой, сыпучий. Насыпьте его на ладошку. Посмотрите, из чего состоит песок?

Вывод. Правильно, песок состоит из песчинок. Они маленькие. Как трудно держать в руках. Песчинки сыпятся, как струйка. Этот песок сухой. (Педагог сопровождает слова демонстрацией опыта.) У вас лежат формочки, давайте насыпем туда песок и сделаем куличики. Получились куличики? Почему не получились? (Песок сухой.)

Эксперимент 2. (Песок мокрый – он тёмный, холодный, из него можно лепить).

- Кто знает, что будет, если в песок налить воду? Давайте проверим. Воспитатель вызывает одного ребёнка, который с помощью него наливает воду в песок. – Потрогайте его и скажите – сухой он или мокрый?

Вывод. Повторим. Если в песок налить воду, он станет мокрым.

Эксперимент 3. – Правильно, этот песок сырой, мокрый. Он холодный. Посмотрите, мокрый песок так же сыплется, как и сухой. (Показывает детям.)

Вывод. Мокрый песок не сыпучий.

Тема: наблюдение за природным материалом.

Цель: сравнить свойства сухого и мокрого песка.

Эксперимент 1. (Влажный песок тяжелее, сухой песок легче.)

Воспитатель демонстрирует детям мешочки (один наполнен сухим песком, второй – влажным песком), не показывая, какой именно песок лежит в каждом из мешочков. – Что у меня в руках? Что в мешочках? Как вы думаете? Воспитатель даёт детям ощупать мешочки, акцентирует внимание детей на том, что в мешочках лежит один и тот же материал. Сравните мешочки. Какой из них легче, какой тяжелее? Почему? Проверим. Воспитатель раскрывает мешочки. В том мешочке, который легче по весу, лежит сухой песок, а в мешочке, который тяжелее, находится влажный песок.

Эксперимент 2. (Влажный песок формуется, на влажном песке полочкой рисуется легче.)

- Возьмите палочку и попробуйте провести ею по сухому и влажному песку. По какому песку лучше рисуется? (По влажному.)

Вывод. Правильно, на влажном песке палочкой рисуется лучше. Почему? (Высказывания детей.)

Вывод. Сухой песок сыпучий, влажный песок – тяжёлый, легко формуется.

Тема: глина.

Цель: познакомить с глиной и её свойствами.

Эксперимент. (Глина сухая и влажная, из влажной глины можно лепить.)

- Дети, что находится в тарелочке? Давайте скажем вместе: «Глина» Возьмите глину в руки. Какого она цвета? Потрогайте её и скажите, какая она? Какая глина, твёрдая или мягкая?

Вывод. Правильно, сухая глина твёрдая.

- Потрогайте и скажите, какая это глина? Попробуйте из неё что – то слепить. Получилось?

Вывод. Из глины можно лепить.

Тема: камни.

Цель: познакомить с камнями, различными по форме и текстуре.

Эксперимент. Дети нельзя кидать камни, брать их в рот.

Воспитатель предлагает детям во время прогулки собрать камни, группируя их по размеру, форме, цвету, текстуре. Каков он на ощупь? Гладкий или шероховатый? Какого цвета? Какой формы? Какого размера? Можно ли отломить от камня кусочек? Имеет ли он запах?

После каждого вопроса дети под руководством воспитателя делают вывод о характерных особенностях каждого камня, его различиях по форме, размеру, запаху, цвету.

Тема: камни.

Цель: познакомить со свойствами камня.

Эксперимент. (Камень – он твёрдый, из него нельзя лепить, от него нельзя отломить кусочек.)

- Дети, а это что? Возьмите камень в руку. Сожмите его в ладошке. Какой камень, мягкий или твёрдый? Можно из него лепить? Почему не катается? А сейчас давайте попробуем отломить от него кусочек. Получилось?

Вывод. Да, дети, камень твёрдый. Из него нельзя лепить. От камня нельзя отломить кусочек.

- Посмотрите, все камешки разного цвета, размера, с камешками можно играть, только давайте договоримся, что играть с ними надо осторожно, их нельзя бросать.

Тема: вода льётся из крана.

Цель: познакомить со свойствами воды; воспитывать бережное отношение к воде.

Эксперимент. – Что надо сделать, чтобы была вода? Что вы видите? Давайте наберём воду в стаканчик. Посмотрите на меня через стакан с водой, вы меня видите?

Вывод. Вода в стакане прозрачная.

- Подойдите к раковине и подставьте руки под воду, вы их видите? Почему вы их видите, какая вода льётся из крана?

Вывод. Вода чистая и прозрачная, сквозь неё видны руки и мыло. Вода нужна всем её надо беречь. Кран не надо открывать сильно.

Тема: вода жидкая – она может течь.

Цель: познакомить со свойствами воды – текучестью.

Эксперимент 1. Нельзя брать кубик в рот. Воспитатель переливает воду из одного сосуда в другой. Дети наблюдают и отмечают, что вода из одного сосуда перетекает в другой. Один сосуд стал полным, другой – пустым. Почему так происходит.

Вывод. Правильно. Вода жидкая, она может течь.

Эксперимент 2.

Воспитатель в сосуд с водой кладёт твёрдый предмет (кубик). Можно ли кубик переместить из одного сосуда в другой? Проверим. Воспитатель переливает воду из одного сосуда, где находится кубик, в другой. Дети наблюдают и отмечают, что предмет переместился из одного сосуда в другой. Один сосуд стал полным с находящимся внутри кубиком, другой – пустым. Почему так происходит?

Вывод. Вода жидкая, она может течь.

Тема: свойства воды.

Цель: подвести детей к пониманию того, что вода бывает тёплая, холодная, горячая.

Эксперимент. – Передо мной три чайника. Подойдите ко мне. Я буду лить вам на ручки воду из чайников поочерёдно, а вы определите, какая вода в чайнике. Воспитатель повторяет эксперимент. Наливает воду в разные тазики и предлагает детям на ощупь проверить, какая вода. (Она не должна быть слишком горячей.)

Вывод. Вода может быть холодной, горячей, тёплой.

Тема: узнаем, какая вода.

Цель: помочь выявить свойства воды.

Эксперимент 1. – Брать стаканчики только по моему заданию. Дети берут ёмкости и определяют, что одна из них лёгкая, а две тяжёлые. Затем воспитатель сосуды открывает, и дети убеждаются, что в первой ёмкости ничего нет, во второй и третьей – вода. Почему вода перетекает из одного сосуда в стакан? Посмотрите, вы видите меня сквозь стакан? Почему? Приблизьте стакан с водой к носу. Она пахнет?

Вывод. Вода не имеет запаха.

Эксперимент 2. Воспитатель добавляет в стакан с водой ароматизатор (ванильный сахар). А теперь вода пахнет? Почему?

Вывод. Ванильный сахар растворился в воде и придал запах.

Эксперимент 3. – Добавьте сахар в стакан с водой. Что с ним произошло. Почему? Попробуйте на вкус подслащённую воду. Какая она?

Вывод. Сахар растворился в воде. Сахар придал воде сладковатый вкус.

Эксперимент. – Перелейте воду в другой стаканчик. Какой стаканчик легче? Какой тяжелее? Почему?

Вывод. Вода имеет вес. Вода прозрачная, без запаха, льётся, в ней растворяются некоторые вещества.

Тема: вода бывает холодная и горячая.

Цель: учить различать холодную и горячую воду, правильно обозначать словами, воспитывать аккуратность.

Эксперимент. – Дети скажите, а почему у нас два крана? Сейчас я открою кран синий. Подставьте руку под воду, какая льётся вода? А теперь я открою кран красного цвета. Какая вода бежит из этого крана? Правильно, в одном кране у нас живёт холодная вода, а в другом – горячая. Вода помогает нам быть чистыми и опрятными. Дети помните, вода нужна всем, она наша помощница, её надо беречь.

Вывод. Вода бывает холодная и горячая.

Тема: вода – прозрачная.

Цель: познакомить со свойствами воды – прозрачностью.

Эксперимент. Воспитатель в оба стакана опускает по камешку. Дети наблюдают и отмечают, что в стакане с водой камешек видно, значит, вода – прозрачная, в стакане с молоком камешек не видно – значит, молоко – не прозрачное. Воспитатель предлагает детям повторить: «Вода – прозрачная».

Вывод. Вода – прозрачная, молоко – непрозрачное.

Тема: вода не имеет формы.

Цель: дать представление о том, что вода не имеет формы.

Эксперимент 1. (Твёрдый предмет имеет форму).

Воспитатель предлагает детям взять кубик в руку и положить на ладошку. Какой кубик? Какой формы? Затем воспитатель предлагает детям положить кубик в стакан. Изменилась форма кубика? Положите кубик на тарелку. Изменилась форма кубика?

Вывод. Твёрдые предметы изменяют форму.

Эксперимент 2. (Вода не имеет формы)

Воспитатель наливает воду в сосуды разной формы. Дети наблюдают и отмечают, что вода принимает форму того сосуда, в который она перелита.

Вывод. Вода не имеет формы. Она принимает форму того сосуда, в котором находится.

Тема: растворимость веществ в воде.

Цель: раскрыть понятие о том, что одни вещества растворяются в воде, а другие нет.

Эксперимент. Воспитатель в один стакан кладёт песок речной, а в другой – сахарный. Размешивает. Дети наблюдают и отмечают, что речной песок медленно опустился на дно стакана. Сахарный песок исчез. Почему так происходит?

Вывод. В воде некоторые вещества растворяются – сахарный песок. Другие вещества не растворяются – речной песок.

Тема: разноцветная вода.

Цель: уточнить знания детей о свойствах воды; показать, как можно сделать воду цветной; воспитывать бережное отношение к воде.

Эксперимент. (Подкрашенная вода не прозрачная, в холоде она замерзает.)

Воспитатель демонстрирует баночку с водой. Что у меня налито в этой баночке? А что это? Посмотрите, я взяла и добавила немного краски в воду. Что вы видите? Какая стала вода? (Так же поступаю с синей, зелёной.) Давайте посмотрим через эту воду, видно ли нам друг друга? Из такой воды мы можем сделать льдинки для украшения ёлочки на улице. Давайте нальём её в формочки и поставим на холод.

Вывод. Подкрашенная вода не прозрачная. В холоде вода замерзает.

Тема: искусство дождя.

Цель: развивать в детях воображение.

Эксперимент. Дети наблюдают и отмечают, что разноцветные капли на листе расплылись под дождём. Намокший лист бумаги заносят в группу, пока дождь не смыл с него краску. Когда бумага подсохнет, дети увидят разнообразные по форме и цветовому решению пятна.

Вывод. От воды краска расползлась по листу, образуя пятна, интересные по форме и цветовому решению.

Тема: надувание мыльных пузырей.

Цель: научить пускать мыльные пузыри; познакомить со свойствами мыльной воды.

Эксперимент. Нельзя брать мыльные пузыри в рот. Воспитатель наливает в тарелку 0,5 стакана мыльного раствора. Кладёт в середину тарелки предмет и накрывает его стеклянной воронкой. Затем дует в трубочку воронки. Воспитатель объясняет детям, как получился мыльный пузырь и предлагает им самим надуть мыльные пузыри.

Вывод. При попадании воздуха в каплю мыльной воды образуется пузырь.

Тема: ветер по морю гуляет.

Цель: помочь детям обнаружить вокруг себя воздух.

Эксперимент. Воспитатель опускает модель парусника на воду, дует на парус с разной силой. Объясняет, почему плывёт лодочка, что её толкает, откуда ветер – воздух. Затем показывает детям, как надо дуть, чтобы парусник быстрее или дольше плыл (набрать больше воздуха и сильно или дольше выдыхать). Воспитатель предлагает детям попробовать самим отправить парусник в плавание.

Вывод. При выдыхании воздуха получается ветерок.

**Приложение №13**

Наша группа

Первые дни посещения детского сада

Первые дни посещения детского сада

«Вместе играть веселее»

«Ай да мы!»

«Собери картинку»

«Знакомимся со свойствами песка»

Опыты с песком

Опыты с водой

Учимся самостоятельно одеваться и застегивать обувь

Учимся правильному приему пищи

«Непослушные застежки»

«Разноцветная дорожка»

«Поехали!»

**Приложение №14**

***Итоги адаптационного периода***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Степень адаптации** | **Физическое здоровье**  (кол-во детей) | **Психическое здоровье**  (кол-во детей) |
| Легкая | 15 (83%) | 6 (33%) |
| Средняя | 3 (17%) | 8 (44%) |
| Тяжелая | ⎯ | 4 (23%) |

***Вывод:***Адаптацию в первой младшей группе проходили 18 детей. Итогами адаптационного периода стали показатели физического и психического здоровья детей. Почти все дети проявили хороший аппетит, глубокий и длительный сон, регулярный стул. Трое детей в начале адаптационного периода отказывались от еды, засыпали с трудом. Шестеро детей легко прощли период адаптации: с удовольствием посещали детский сад, контактировали с детьми и взрослыми, были активны, проявляли интерес к познавательной и игровой деятельности, положительно реагировали на изменение привычной ситуации. У восьмерых детей обнаружилось неустойчивое эмоциональное состояние, активность, инициативу, контакты с детьми проявляли при поддержке взрослого, тревожно реагировали на изменение привычной ситуации. Тяжело адаптировались четверо детей: проявляли протест, пассивность, нежелание вступать в контакт с детьми и взрослыми. Трое из них посещают детский сад до обеда. Эти дети имеют много пропусков по болезни и другим причинам. Им требуется более длительный период адаптации.