

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по организации оздоровительной работы с детьми в летний период МБДОУ №56

Пояснительная записка

Оздоровительная работа с детьми в летнее время является составной частью системы лечебно-профилактических и воспитательных мероприятий в дошкольных учреждениях.

Летний оздоровительный период требует тщательной подготовки как со стороны управлений образования и здравоохранения, так и каждого дошкольного учреждения. В подготовительный период со всеми работниками дошкольного учреждения обсуждаются вопросы организационно-методической работы, изучаются инструкции: по охране жизни и здоровья детей в детских дошкольных учреждениях, по охране труда, о предупреждении отравлений детей ядовитыми растениями и грибами, правила пожарной безопасности.

Накануне летнего оздоровительного периода проводятся общие групповые родительские собрания. Врач и медицинская сестра знакомят родителей с состоянием здоровья детей, организацией из оздоровления и закаливания. Для родителей проводятся консультации по организации совместного отдыха взрослых членов семьи и детей в выходные и во время отдыха.

С целью результативной подготовки к оздоровительному периоду и эффективному его проведению по дошкольному учреждению издается приказ о создании рабочей группы по подготовке и планированию летней оздоровительной работы с детьми.

Каждое дошкольное учреждение имеет право на свои подходы в организации жизни детей в летний период и самостоятельно выстраивает и реализовывает модель разнообразной деятельности. Обязательными структурными компонентами плана должна быть:

- подготовительная работа (ресурсное обеспечение оздоровительного процесса);
- организация летнего оздоровления (организация питания, лечебно-профилактическая работа, система физкультурно-оздоровительной работы, система закаливания)⁴
- организация распорядка жизни и воспитательно-образовательного процесса в летний период;
- взаимодействие с семьей.

По окончании летнего оздоровительного периода врач дошкольного учреждения совместно с медсестрой и педагогами на основании индивидуальных характеристик состояния здоровья ребенка проводит оценку эффективности летнего отдыха отдельно каждого ребенка, каждой группы и всего коллектива в целом.

Итоги летней работы обсуждаются в дошкольных учреждениях на педсоветах, общих собраниях. На основании анализа и аналитической оценки работы намечается план мероприятий на следующий летний сезон.

Нормативно-правовая база по подготовке и проведению летней оздоровительной работы

Нормативно-правовые документы по организации летней оздоровительной работы в ДОУ

- Закон РФ от 10.07.1992 № 3266-1 "Об образовании" (с изменениями и дополнениями);
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.2660-10;
- Приказ Минобразования России от 16.07.2002 № 2715/227/166/19 "О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ";
- Методические рекомендации об организации летней оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях" от 20.06.1986 № 11-22/6-20;
- Методические рекомендации "Проведение физкультурных занятий на открытом воздухе с детьми 5–7 лет в дошкольных учреждениях» от 29.10.1984 № 11-14/26-6;
- Методические рекомендации по закаливанию детей в дошкольных учреждениях от 16.06.1980 № 11-49/6-29;

Нормативно-правовые документы по организации питания в летний оздоровительный период

- Закона РФ «Об образовании» от 10.01.1996 №12-ФЗ с изменениями и дополнениями от 2007
- ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52 – ФЗ, * Постановление Правительства РФ от 24.07.2000 №554
- ФЗ от 02.01.2000 №29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»,
- Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения, № 5786-91, утв. Минздравом СССР
- СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов. Санитарно-эпидемические правила и нормативы» (с изм. и доп. №1 СанПиН 2.3.2.1153-02 и №2 СанПиН 2.3.2.1280-02)
- СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»
- СанПиН 42-123-4717-88 «Рекомендуемые (регламентированные) уровни содержания витаминов в витаминизированных пищевых продуктах»
- СанПиН 2.3.2.12930-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок»
- СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству систем питьевого водоснабжения. Контроль качества».

- СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях».
- СанПиН 2.3.2.1940-05 «Организация детского питания», утв. Главным госуд. санитарным врачом РФ 17.01.2005
- Письмо Минздрава РФ от 23.0-6.2003г. №13-16/42 «Об обеспечении общеобразовательных учреждений йодированной солью и пищевыми продуктами, обогащенными микронутриентами»;
- Устав ДОУ, Коллективного договора, Правил внутреннего трудового распорядка ДОУ.

Перечень приказов по организации летней оздоровительной работы

1. О создании рабочей группы по разработке плана подготовки ДОУ к летней оздоровительной работе. *(Приложение 1)*
2. Об утверждении плана подготовки ДОУ к летнему периоду. *(Приложение 2)*
3. Об организации работы ДОУ в летний период. (Май) *(Приложение 3)*
4. Об организации питания воспитанников в летний оздоровительный период. (Май) *(Приложение 4)*
5. Об усилении персональной ответственности по охране жизни и здоровья детей в детском саду и на детских площадках. (Май) *(Приложение 5)*
6. О проведении проверок комиссией по охране труда по организации и подготовки к летним оздоровительным мероприятиям. (Май) *(Приложение 6)*

Перечень инструкций к летней оздоровительной работе

1. ИНСТРУКЦИЯ по технике безопасности, охране жизни и здоровья воспитанников на прогулочных площадках, во время труда в цветнике, на участке. *(Приложение 7)*
2. ИНСТРУКЦИЯ по оказанию первой помощи детям при отравлениях ядовитыми растениями и грибами, укусах насекомых, тепловом или солнечном ударах. *(Приложение 8)*
3. ИНСТРУКЦИЯ по оказанию первой доврачебной помощи. *(Приложение 9)*
4. ИНСТРУКЦИЯ воспитателя по предупреждению детского дорожного травматизма. *(Приложение 10)*

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ № 56
Багаудинова Н.З.
_____20____г.

ИНСТРУКЦИЯ

**по технике безопасности, охране жизни и здоровья воспитанников
на прогулочных площадках, во время труда в цветнике, на участке**

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Педагог должен знать Инструкцию по оказанию первой доврачебной помощи при ушибах, кровотечениях, отравлениях, вывихах, переломах, поражениях электрическим током, солнечным ударом, при термических ожогах и уметь оказывать первую медицинскую помощь до прибытия медицинского работника.
- 1.2. Все сотрудники, временно замещающие на группе воспитателя, несут личную ответственность за сохранение жизни и здоровья детей, берут на себя функции по их спасению.
- 1.3. Утром родители или лица, их заменяющие, должны передавать детей лично воспитателю или другому сотруднику, принимающему детей в этот день. Родителям нельзя без ведома воспитателя забирать детей из детского сада, а также поручать это детям, подросткам в возрасте до 16 лет. Воспитатель должен знать всех лиц, кому родители поручают забрать ребенка, заранее договорившись и познакомившись с ними по представлению родителей.
- 1.4. Запрещается впускать на территорию детского сада неизвестных лиц без предъявления ими документа, удостоверяющего личность посетителя и его право на посещение детского сада.
- 1.5. Запрещаются экскурсии и прогулки за пределы детского сада без прохождения целевого инструктажа и разрешения администрации.
- 1.6. Педагог должен знать и изучать с детьми правила техники безопасности, пожарной безопасности, дорожного движения; правила поведения на улице, на игровых площадках и т. д. с целью профилактики бытового травматизма.
- 1.7. Требования к организации прогулок:
- при проведении прогулок на территории детского сада соблюдать установленный режим, длительность прогулок, смену видов деятельности воспитанников;
 - ежедневная продолжительность прогулки детей должна составлять не менее 4–4,5 ч;
 - прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой;
 - при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается;
 - прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5–7 лет – при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с;
 - во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения;
 - подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДОУ с учетом сезона;

- для предотвращения переутомления, перегрева воспитанников во время игр, труда необходимо чередовать виды деятельности от подвижной к малоподвижной (в зависимости от плана проведения прогулки).

1.8. Требования к оснащению территории детского сада:

- все оборудование на участке (малые игровые формы, физкультурные пособия и др.) должно быть в исправном состоянии: без острых выступов углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов;

- горки лесенки должны быть устойчивы и иметь прочные рейки, перила, отвечать возрасту детей и санитарным требованиям;

- запрещается вбивать гвозди в павильонах, на игровых конструкциях на уровне роста детей;

- запрещается устанавливать кирпичные бордюры острым углом вверх вокруг клумб, огородов;

- ограждения детского сада не должны иметь дыр, проемов во избежание проникновения бродячих собак и самовольного ухода детей;

- ворота детского сада должны быть закрыты на засов, входные двери в здание, двери групповых и других помещений должны быть также закрыты и снабжены запорами на высоте, недоступной детям.

1.9. Требования к использованию инвентаря и игрового оборудования на участке:

- весь инвентарь для труда должен быть исправен;

- детям до 6–7 лет разрешается переносить груз не более 2 кг; лейку, воду в ведрах до 2–2,5 кг и работать не более 10 мин;

- запрещается использовать инвентарь для взрослых (лопаты, метлы и др.);

- размеры оборудования и инвентаря для игр и физкультурных занятий на участках должны соответствовать требованиям СанПиН (приложения 1, 2);

- игрушки должны быть гигиеничны, не поломаны, для разных видов игровой деятельности, позволяющие соразмерять двигательную нагрузку в соответствии с сезоном года и возрастом детей (игрушки двигательные, настольные, строительные и т. д.).

1.10. При организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для всех сезонов:

- падение с горок, «шведских стенок» в случаях отсутствия страховки воспитателя;

- травмирование торчащими из земли металлическими или деревянными стойками предметов, невысокими пеньками на площадках для подвижных игр;

- укусы животных (собак, кошек);

- порезы, уколы битым стеклом, сухими ветками, сучками на деревьях, кустарниках, занозы от палок, досок, деревянных игрушек и пр.;

- травмирование ног воспитанников при наличии ямок и выбоин на участке, прыгивании со стационарного оборудования без страховки воспитателя;

- травмы, ушибы при катании на качелях, каруселях;

- травмы, ушибы во время игр на хозяйственном дворе, возле складов, мусорных контейнеров и пр.;

- самовольный уход воспитанника за пределы детского сада.

1.11. При организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для осенне-весеннего периода:

- заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах);

- травмы, ушибы при катании на велосипедах, самокатах, качелях, каруселях;

- травмы, ушибы во время труда в огороде, на участке; во время игр на мокрой и скользкой площадке;

- намокание детской одежды, обуви;

- переохлаждение или перегревание организма ребенка;

- отравление ядовитыми растениями, плодами, грибами и др.
- 1.12. При организации прогулок, труда на огороде, в цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для зимнего времени года:
- обморожение, переохлаждение или перегревание организма детей;
 - травмы, ушибы при катании на ногах с ледяных горок, на санках, во время перемещения в гололедицу по скользким дорожкам, наружным ступенькам, площадкам, не очищенным от снега, льда и не посыпанным песком;
 - травмы во время игр на не очищенных от снега, льда площадках;
 - травмы от падающих с крыш сосулек, свисающих глыб снега в период оттепели;
 - травмы от прикосновения в морозный день к металлическим конструкциям открытыми частями тела (лицом, руками, языком, губами);
 - намокание детской одежды и обуви;
 - заражение желудочно-кишечными болезнями, заболевание ОРЗ, если ребенок будет брать в рот грязный и холодный снег, сосульки.
- 1.13. При организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для летнего времени года:
- травмирование ног воспитанников при ходьбе босиком, играх на траве, песке (камни, острые предметы и т. д.);
 - укусы животных (собак, кошек); насекомых (клещей, представляющих угрозу заражения Крым–Конго геморрагической лихорадкой);
 - отравление ядовитыми растениями, плодами, грибами;
 - заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах, несоблюдения питьевого режима);
 - солнечный и тепловой удары;
 - заболевание аллергией в период цветения амброзии и др.
- 1.14. Воспитатель, допустивший невыполнение или нарушение Инструкции по охране жизни и здоровья воспитанников, привлекается к дисциплинарной ответственности и с ним проводится внеплановый инструктаж и проверка знаний по охране жизни и здоровья воспитанников, труда и пр.

2. Требования безопасности перед началом прогулки, труда в цветнике

- 2.1. Необходимо ежедневно перед прогулкой осматривать участки, не допускать наличия травмоопасных для детей предметов: сухостойных деревьев, сломанных кустарников, неструганых досок, гвоздей, битого стекла, торчащих из земли палок, пней, на изгороди – проволоку и др. Все ямы на территории детского сада должны быть засыпаны, люки закрыты тяжелыми крышками. Проверять исправность игрушек и надежность крепления физкультурно-игрового оборудования, игрушек. Приводить их в надлежащее состояние в соответствии с санитарными нормами.
- 2.2. Очистку почвы (от камней, осколков стекла, кусков металла, палок, досок и т. д.) производить только с помощью граблей, метелок, лопаток, совков. Не собирать мусор незащищенными руками во избежание травмы или заражения.
- 2.3. Ежедневно утром и вечером проверять на территории детского сада наличие посторонних, подозрительных предметов, пакетов, сумок на предмет взрыво- и другой безопасности (дежурным воспитателям и всем сотрудникам). В случае обнаружения немедленно сообщить администрации или позвонить в милицию (к предметам не прикасаться).
- 2.4. Педагогам и помощникам воспитателя в обязательном порядке проводить предварительную визуальную проверку мест проведения занятий, игр, труда и

других видов деятельности с воспитанниками на предмет взрыво- и другой безопасности.

2.5. Требования безопасности перед началом прогулки в весенне-осенний период:

- устранять наличие на участке застоялых вод после дождя;
- своевременно обрезать кусты и деревья, не допускать сломанных, торчащих веток;
- ежедневно утром подметать участки (помощник воспитателя), убирать мусор и другие опасные предметы;
- весной проводить декоративную обрезку кустарника, вырубку сухих и низких веток деревьев и молодой поросли.

2.6. Требования безопасности перед началом прогулки в зимний период:

- крыши всех построек очищать от снега, сосулек (здание детского сада, павильона);
- дорожки, детские площадки, ступеньки, наружные лестницы, крыльцо очищать от снега, льда, посыпать песком.

2.7. Требования безопасности перед началом прогулки в летний период:

- еженедельно своевременно проводить работы по очистке участка детского сада и прилегающей территории от сорных злаков, трав, растений аллергической направленности (амброзия), с целью профилактики укуса клещами и другими насекомыми;
- уничтожать ядовитые грибы, ягоды и растения (иметь перчатки и необходимый уборочный инвентарь);
- ежедневно утром и во второй половине дня необходимо поливать прогулочную площадку, затем производить уборку (помощник воспитателя).

2.8. Каждый воспитатель и все замещающие его педагоги должны хорошо знать ядовитые грибы, ягоды, травы, растущие на территории детского сада и учить детей узнавать их на картинках, иллюстрациях, разъяснять детям опасность отравления ими.

2.9. Согласовать со старшей медицинской сестрой возможность выхода на прогулку в зависимости от состояния погодных условий, температуры воздуха.

2.10. Воспитатель должен осматривать одежду, обувь воспитанников на предмет соответствия погодным условиям.

2.11. Воспитатель должен напоминать детям правила безопасного поведения при выходе на прогулку и при заходе в помещение ДООУ: не бежать, не толкаться, при спуске и подъеме на 2-й этаж держаться за перила, не нести перед собой большие игрушки и предметы, закрывающие обзор пути и др.

2.12. Дети должны быть всегда обеспечены запасными вещами на случай непогоды, которые для этого заранее приносят родители;

2.13. В жаркие летние дни педагог обязан проверять наличие у воспитанников светлых головных уборов (косынок, панам).

2.14. Педагог должен проверять состояние инвентаря для организации трудовой деятельности на предмет их травмоопасности.

3. Требования безопасности во время прогулки, труда в цветнике

3.1. Не допускается организация прогулки, труда на одном игровом участке (огороде, цветнике) одновременно 2 групп воспитанников.

3.2. Воспитатель обеспечивает наблюдение, контроль за спокойным выходом воспитанников из помещения и спуска с крыльца.

3.3. Запрещается оставлять воспитанников во время прогулок, экскурсии, труда без наблюдения воспитателя.

3.4. Воспитатель должен уметь четко и грамотно объяснить правила, показать способы работы с инвентарем. Для коллективной работы объединять детей только тогда, когда каждый ребенок овладеет необходимыми навыками. (В подгруппе не более 4–5 человек при работе с лопатой, расчистке снега, труде в огороде, с метлой и др. расстояние между детьми должно быть не менее 1 м.)

3.5. Продолжительность трудового процесса нужно четко дозировать, особенно

при выполнении однообразной работы (прополка, уборка снега, листьев и т. д.). Время, отводимое на нее, не должно превышать 30 мин, через 7–10 мин следует делать перерыв или сменять деятельность.

3.6. При организации труда, требующего значительного напряжения (перекопка земли, перенос песка, полив цветника, расчистка снега и т. д.), нужно следить, чтобы дети не переутомились, не перегревались, не переохлаждались. В случае учащенного дыхания, выделения пота, покраснения кожи воспитатель должен переключить ребенка на более спокойную деятельность.

3.7. Во время прогулки организовать интересные и полезные дела и занятия, что исключит несчастные случаи, будет содействовать психологическому благополучию и полноценному воспитанию каждого ребенка.

3.8. Экскурсии по ознакомлению с трудом взрослых готовятся заранее. Намечается маршрут, воспитатель посещает запланированный объект, обеспечивает безопасность детей при наблюдении за работой механизмов, техники, проводит беседу о правилах поведения во время экскурсии. Детей должны сопровождать не менее двух взрослых.

3.9. Воспитатель обеспечивает контроль выполнения воспитанниками требований личной гигиены (запрещается брать в руки, рот грязные предметы, бросать друг в друга песком, землей).

3.10. Следить, чтобы воспитанники не трогали руками опасных и ядовитых животных, колючих растений. Не пробовали на вкус какие-либо растения, грибы, плоды во избежание отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.

3.11. Для профилактики травматизма следить за правильной расстановкой игрового оборудования и организацией игр: не играть рядом с качелями и каруселями и т. д.

3.12. Обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем во время скатывания с горки, лазания, прыгивания с возвышенности, спортивного оборудования, метания.

3.13. Воспитатель постоянно должен контролировать правильную позу в процессе работы, приучать работать внимательно, не размахивать инструментами во избежание травм, ушибов. Все колющие, режущие инструменты выдает и принимает по счету.

3.14. Запрещено лазание воспитанников по ограждениям, перилам, деревьям, заборам.

3.15. Нельзя пить сырую воду, есть немытые корнеплоды, ягоды, фрукты.

3.16. Не сжигать на территории детского сада мусор, опавшие листья и прочее во избежание ожогов, пожаров.

3.17. Дополнительные требования безопасности во время прогулки, труда на огороде, в цветнике в осенне-весенний период:

- обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем воспитанников во время катания на самокате, велосипеде и пр.;
- при катании на велосипеде следить за дозировкой и выполнением правил;
- не допускать намокания детской одежды и обуви;
- при усилении ветра детей отвести в помещение детского сада.

3.18. Дополнительные требования безопасности во время прогулки зимой:

- обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем воспитанников во время скольжения по ледяным дорожкам, катания на санках;
- следить, чтобы при катании на санках следующий ребенок терпеливо ожидал, пока скатывающийся перед ним ребенок не достигнет конца ската, горки;
- не допускать, чтобы при скатывании с горки на санках дети садились спиной к скату;
- следить, чтобы дети не брали в рот грязный снег, сосульки;
- при усилении мороза и ветра детей отвести в помещение детского сада.

3.19. Дополнительные требования безопасности во время прогулки летом:

- для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусмотреть максимальное пребывание детей на открытом воздухе в

соответствии с их возрастом и режимом дня;

- обеспечить контроль и непосредственную страховку воспитателем воспитанников во время катания на самокате, велосипеде;
- солнечные ванны для воспитанников проводятся только под наблюдением старшей медицинской сестры. Чередовать пребывание детей на воздухе под прямыми лучами солнца с играми в тени;
- хождение босиком по траве, асфальту, песку на участке воспитанникам разрешается только после осмотра территории воспитателем и помощником воспитателя на безопасность;
- игры с песком в песочнице допускаются только при условии ежедневной перекопки и ошпаривании песка кипятком;
- запрещаются игры с водой в ветреную, холодную погоду;
- в жаркие дни труд на цветнике и огороде организуется в утренние часы до завтрака и в часы вечерней прогулки;
- соблюдать питьевой режим, на прогулку выносить кипяченую воду (обязанность помощника воспитателя);
- усилить работу по ОБЖ, дорожному движению и пожарной безопасности, по профилактике детского травматизма и др.;
- обновить разметку пешеходных переходов;
- выносить необходимый игровой материал, атрибуты;
- обеспечить комфортные условия, исключая психоэмоциональное напряжение, организацию содержательной прогулки с наличием объемного плана, необходимого занимательного игрового и коррекционно-развивающего оборудования и материала;
- следить, чтобы дети не рвали и не ели ядовитые грибы, ягоды, растения; не контактировали с растениями аллергической направленности.

4. Требования безопасности в ситуациях во время прогулки, труда в цветнике

4.1. Все сотрудники, временно заменяющие на группе воспитателя, берут на себя функции по спасению детей.

4.2. При возникновении непредвиденных ситуаций необходимо:

- обеспечить безопасность детей;
- убедиться в отсутствии опасности ситуации;
- сообщить администрации о случившемся, оказать первую помощь при несчастном случае;
- сообщить в службы спасения, если этого требует ситуация.

4.3. При несчастном случае воспитатель должен:

- оказать воспитаннику первую медицинскую помощь, устранить воздействие на пострадавшего повреждающих факторов, угрожающих жизни и здоровью (освободить от действия электрического тока, погасить горящую одежду, убрать травмирующий предмет и др.);
- выполнить мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности (восстановить проходимость дыхательных путей, провести искусственное дыхание, наружный массаж сердца, остановить кровотечение);
- поддерживать основные жизненные функции пострадавшего до прибытия медицинского работника;
- немедленно сообщить об этом заведующему, старшей медицинской сестре, родителям (законным представителям) воспитанника, при необходимости вызвать «скорую помощь» и доставить воспитанника в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. В случаях самовольного ухода воспитанника с прогулки воспитатель должен немедленно поставить в известность администрацию детского сада, родителей (законных представителей), ближайшее отделение милиции. Немедленно организовать поиск воспитанника, назвать приметы: внешний вид, возраст, описать одежду.

5. Требования безопасности по окончании прогулки, труда в цветнике

- 5.1. Организовать спокойный вход воспитанников в помещение детского сада (1-я подгруппа проходит и раздевается под присмотром помощника воспитателя, 2-я – под присмотром воспитателя).
- 5.2. Очистить верхнюю одежду воспитанников, обувь от снега, грязи, песка.
- 5.3. Проверить, как воспитанники сложили одежду в шкафчики. При необходимости переодеть воспитанников в сухую одежду, белье.
- 5.4. Организовать выполнение гигиенических процедур: посещение туалета, мытье рук с мылом (в теплый период года – мытье ног, принятие душа).
- 5.5. Обеспечить просушивание мокрой одежды, обуви после дождя или в зимнее время.
- 5.6. Привести в порядок выносной материал, орудия труда (очистить от земли, песка, снега).
- 5.7. Вымыть и убрать в специально отведенное место выносной материал, игрушки, орудия труда.

С инструкцией ознакомлен (а):

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая ДОУ №56

Багаудинова Н.З.

_____ 20__ г.

ИНСТРУКЦИЯ
по оказанию первой помощи детям при отравлениях
ядовитыми растениями и грибами, укусах насекомых,
тепловом или солнечном ударах

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 и 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. Время развития симптомов - от 10 мин до 10–15 ч. При отравлении белой черной показано промывание желудка раствором гидрокарбоната натрия с активированным углем, влажное обертывание, холод на голову, паховые области, симптоматическое лечение.

Дурман обыкновенный – сухость слизистой полости рта и кожи, кожная сыпь, осиплость голоса, жажда, тошнота, рвота, задержка мочеиспускания, повышение температуры тела, судороги. Время развития симптомов - от 10 мин до 10–15 ч. При отравлении дурманом обыкновенным показано промывание желудка раствором гидрокарбоната натрия с активированным углем, влажное обертывание, холод на голову, паховые области, симптоматическое лечение.

Клещевина обыкновенная – недомогание, тошнота, рвота, боль и жжение в пищеводе и желудке, головная боль, сонливость, потеря ориентации, сознания, цианоз, нарушение сердечной деятельности, судороги, понижение температуры тела. При отравлении клещевинной обыкновенной следует провести многократное промывание желудка. Рекомендуются также клизма с введением активированного угля, 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 сердечной деятельности, коматозное состояние. При отравлении пасленом черным показано промывание 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

кулинарной обработке (если они мало промыты, не выдержаны в воде, плохо проварены, не прожарены). Скрытый период отравления длится 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 рекомендуется обильное питье с последующим вызыванием рвоты, очистительная клизма, промывание желудка активированным углем.

3. Первая помощь при тепловом, солнечном ударе

3.1. У ребенка, длительное время находящегося в сильно нагретом помещении или жаркую безветренную погоду в тени, может произойти тепловой удар: нарушается нормальная терморегуляция организма, повышается температура тела, появляются вялость, покраснение лица, обильное потоотделение, головная боль, нарушается координация движения. В более тяжелых случаях учащается дыхание, бледнеет лицо, наступает потеря сознания. То же происходит и при длительном воздействии на непокрытую 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 и грудь прохладной водой. При отсутствии дыхания или сильном его ослаблении сделать искусственное дыхание.

4. Первая помощь при укусах насекомых

4.1. Для детей опасны укусы пчел, ос, слепней. При укусах возможна только местная реакция, которая проявляется жгучей болью, покраснением и отеком в месте укуса. Наиболее ярко это выражено при укусе лица и шеи. Особенно опасны и болезненны укусы в глаза и слизистые рта, губы. При этом возможно серьезное повреждение органов зрения. Отек, развивающийся при укусах в губы и слизистую рта, может привести к удушью и смерти.

4.2. Общие симптомы при укусах: озноб, повышение температуры, одышка, головокружение, головная боль, учащение сердцебиения, боли в области сердца, тошнота, рвота, обмороки.

4.3. При оказании помощи в первую очередь следует удалить жало из места укуса, затем промыть ранку спиртом и положить холод. При развитии удушья ребенка необходимо срочно госпитализировать.

5. Первая помощь при укусах клеща

Особое внимание следует обращать на детей с укусами клеща. После осмотра ребенка необходимо:

- удалить клеща;
- измерить температуру;
- при отсутствии повышенной температуры – дать рекомендации родителям по измерению температуры в течение 14 дней;
- при повышении температуры – немедленно госпитализировать больного в инфекционный стационар;
- провести разъяснительную беседу с родителями о необходимости своевременного обращения за медицинской помощью при ухудшении состояния и повышении температуры в связи с опасностью крымской лихорадки;
- обратить внимание на возможные проявления геморрагического синдрома: носовые кровотечения, кровянистые выделения из половых путей, кровоточивость десен. При выявлении вышеперечисленных симптомов немедленно госпитализировать ребенка в инфекционный стационар;
- провести разъяснительную беседу с родителями о тяжести болезни, возможных осложнениях и неблагоприятных исходах в случае несвоевременного оказания медицинской помощи.

С инструкцией ознакомлен (а):

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ № 133
Багаудинова Н.З.
_____20____г.

ИНСТРУКЦИЯ по оказанию первой доврачебной помощи

1. Общие положения

1.1. Первая доврачебная помощь — это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего. Ее должен оказывать тот, кто находится рядом с пострадавшим (взаимопомощь), или сам пострадавший (самопомощь) до прибытия медицинского работника.

1.2. Ответственность за организацию обучения по оказанию первой доврачебной помощи в образовательном учреждении возлагается на руководителя и должностных лиц.

1.3. Для того чтобы первая доврачебная помощь была эффективной, в учреждении должны быть:

- аптечки с набором необходимых медикаментов и медицинских средств для оказания первой доврачебной помощи;
- плакаты, изображающие приемы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим при несчастных случаях и проведении искусственного дыхания и наружного массажа сердца.

1.4. Оказывающий помощь должен знать основные признаки нарушения жизненно важных функций организма человека, а также уметь освободить пострадавшего от действия опасных и вредных факторов, оценить состояние пострадавшего, определить последовательность применяемых приемов первой доврачебной помощи, при необходимости использовать подручные средства при оказании помощи и транспортировке пострадавшего.

1.5. Последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему:

- устранение воздействия на организм пострадавшего опасных и вредных факторов (освобождение его от действия электрического тока, гашение горящей одежды, извлечение из воды и т. д.);
- оценка состояния пострадавшего;
- определение характера травмы, создающей наибольшую угрозу для жизни пострадавшего, и последовательности действий по его спасению;
- выполнение необходимых мероприятий по спасению пострадавшего в порядке срочности (восстановление проходимости дыхательных путей; проведение искусственного дыхания, наружного массажа сердца; остановка кровотечения; иммобилизация места перелома; наложение повязки и т. п.);
- поддержание основных жизненных функций пострадавшего до прибытия медицинского персонала;
- вызов скорой медицинской помощи или врача либо принятие мер для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

1.6. В случае невозможности вызова медицинского персонала на место происшествия необходимо обеспечить транспортировку пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение. Перевозить пострадавшего можно только при устойчивом дыхании и пульсе.

1.7. В том случае, когда состояние пострадавшего не позволяет его транспортировать, необходимо поддерживать его основные жизненные функции до прибытия медицинского работника.

2. Признаки для определения состояния здоровья пострадавшего

2.1. Признаки, по которым можно быстро определить состояние здоровья пострадавшего, следующие:

- сознание: ясное, отсутствует, нарушено (пострадавший заторможен или возбужден);
- цвет кожных покровов и видимых слизистых оболочек (губ, глаз): розовые, синюшные, бледные.
- дыхание: нормальное, отсутствует, нарушено (неправильное, поверхностное, хрипящее);
- пульс на сонных артериях: хорошо определяется (ритм правильный или неправильный), плохо определяется, отсутствует;
- зрачки: расширенные, суженные.

3. Комплекс реанимационных мероприятий

Если у пострадавшего отсутствуют сознание, дыхание, пульс, кожный покров синюшный, а зрачки расширенные, следует немедленно приступить к восстановлению жизненно важных функций организма путем проведения искусственного дыхания и наружного массажа сердца. Требуется заметить время остановки дыхания и кровообращения у пострадавшего, время начала проведения искусственного дыхания и наружного массажа сердца, а также продолжительность реанимационных мероприятий и сообщить эти сведения прибывшему медицинскому персоналу.

3.1. Искусственное дыхание.

Искусственное дыхание проводится в тех случаях, когда пострадавший не дышит или дышит очень плохо (редко, судорожно, как бы со всхлипыванием), а также если его дыхание постоянно ухудшается независимо от того, чем это вызвано: поражением электрическим током, отравлением, утоплением и т. д. Наиболее эффективным способом искусственного дыхания является способ «изо рта в рот» или «изо рта в нос», так как при этом обеспечивается поступление достаточного объема воздуха в легкие пострадавшего. Способ «изо рта в рот» или «изо рта в нос» основан на применении выдыхаемого оказывающим помощь воздуха, который насильно подается в дыхательные пути пострадавшего и физиологически пригоден для дыхания пострадавшего. Воздух можно вдвухать через марлю, платок и т. п. Этот способ искусственного дыхания позволяет легко контролировать поступление воздуха в легкие пострадавшего по расширению грудной клетки после вдвухания и последующему спаданию ее в результате пассивного выдыха.

Для проведения искусственного дыхания пострадавшего следует уложить на спину, расстегнуть стесняющую дыхание одежду и обеспечить проходимость верхних дыхательных путей, которые в положении на спине при бессознательном состоянии закрыты запавшим языком. Кроме того, в полости рта может находиться инородное содержимое (рвотные массы, песок, ил, трава и т. п.), которое необходимо удалить указательным пальцем, обернутым платком (тканью) или бинтом, повернув голову пострадавшего набок.

После этого оказывающий помощь располагается сбоку от головы пострадавшего, одну руку подсовывает под его шею, а ладонью другой руки надавливает на лоб, максимально запрокидывая голову. При этом корень языка поднимается и освобождает вход в гортань, а рот пострадавшего открывается. Оказывающий помощь наклоняется к лицу пострадавшего, делает глубокий вдых открытым ртом, затем полностью плотно охватывает губами открытый рот пострадавшего и делает энергичный выдых, с некоторым усилием вдвухая воздух в его рот; одновременно он закрывает нос пострадавшего щекой или пальцами руки, находящейся на лбу. При этом обязательно следует наблюдать за грудной клеткой пострадавшего, которая должна подниматься. Как только грудная клетка

поднялась, нагнетание воздуха приостанавливают, оказывающий помощь приподнимает свою голову, происходит пассивный выдох у пострадавшего. Для того чтобы выдох был более глубоким, можно несильным нажатием руки на грудную клетку помочь воздуху выйти из легких пострадавшего.

Если у пострадавшего хорошо определяется пульс и необходимо проводить только искусственное дыхание, то интервал между искусственными вдохами должен составлять 5 с, что соответствует частоте дыхания 12 раз в минуту.

Кроме расширения грудной клетки хорошим показателем эффективности искусственного дыхания может служить порозовение кожных покровов и слизистых оболочек, а также выхода пострадавшего из бессознательного состояния и появление у него самостоятельного дыхания.

При проведении искусственного дыхания оказывающий помощь должен следить за тем, чтобы вдуваемый воздух попадал в легкие, а не в желудок пострадавшего.

При попадании воздуха в желудок, о чем свидетельствует вздутие живота «под ложечкой», осторожно надавливают ладонью на живот между грудиной и пупком.

При этом может возникнуть рвота, поэтому необходимо повернуть голову и плечи пострадавшего набок (лучше налево), чтобы очистить его рот и глотку.

Если челюсти пострадавшего плотно стиснуты и открыть рот не удастся, следует проводить искусственное дыхание по способу «изо рта в нос».

Маленьким детям вдувают воздух одновременно в рот и нос. Чем меньше ребенок, тем меньше воздуха нужно ему для вдоха и тем чаще следует производить вдувание по сравнению со взрослым человеком (до 15—18 раз в мин).

При появлении первых слабых вдохов у пострадавшего следует приурочить проведение искусственного вдоха к моменту начала у него самостоятельного вдоха.

Прекращают искусственное дыхание после восстановления у пострадавшего достаточно глубокого и ритмичного самостоятельного дыхания.

Нельзя отказываться от оказания помощи пострадавшему и считать его умершим при отсутствии таких признаков жизни, как дыхание или пульс. Делать вывод о смерти пострадавшего имеет право только медицинский работник.

3.2. Наружный массаж сердца.

Показанием к проведению наружного массажа сердца является остановка сердечной деятельности, для которой характерно сочетание следующих признаков: бледность или синюшность кожных покровов, потеря сознания, отсутствие пульса на сонных артериях, прекращение дыхания или судорожные, неправильные вдохи. При остановке сердца, не теряя ни секунды, пострадавшего надо уложить на ровное жесткое основание: скамью, пол, в крайнем случае подложить под спину доску.

Если помощь оказывает один человек, он располагается сбоку от пострадавшего и, наклонившись, делает два быстрых энергичных вдувания (по способу «изо рта в рот» или «изо рта в нос»), затем разгибается, оставаясь на этой же стороне от пострадавшего, ладонь одной руки кладет на нижнюю половину грудины (отступив на два пальца выше от ее нижнего края), а пальцы приподнимает. Ладонь второй руки он кладет поверх первой поперек или вдоль и надавливает, помогая наклоном своего корпуса. Руки при надавливании должны быть выпрямлены в локтевых суставах.

Надавливать следует быстрыми толчками так, чтобы смещать грудину на 4—5 см, продолжительность надавливания не более 0,5 с, интервал между отдельными надавливаниями не более 0,5 с.

В паузах руки с грудины не снимают (если помощь оказывают два человека), пальцы остаются приподнятыми, руки полностью выпрямленными в локтевых суставах.

Если оживление производит один человек, то на каждые два глубоких вдувания (вдоха) он производит 15 надавливаний на грудину, затем снова делает два вдувания и опять повторяет 15 надавливаний и т. д. За минуту необходимо

сделать не менее 60 надавливаний и 12 вдуваний, т. е. выполнить 72 манипуляции, поэтому темп реанимационных мероприятий должен быть высоким. Опыт показывает, что больше всего времени затрачивается на искусственное дыхание. Нельзя затягивать вдувание: как только грудная клетка пострадавшего расширилась, его надо прекращать.

При правильном выполнении наружного массажа сердца каждое надавливание на грудину вызывает появление пульса в артериях.

Оказывающие помощь должны периодически контролировать правильность и эффективность наружного массажа сердца по появлению пульса на сонных или бедренных артериях. При проведении реанимации одним человеком ему следует через каждые 2 мин прерывать массаж сердца на 2-3 с для определения пульса на сонной артерии. Если в реанимации участвуют два человека, то пульс на сонной артерии контролирует тот, кто проводит искусственное дыхание. Появление пульса во время перерыва массажа свидетельствует о восстановлении деятельности сердца (наличии кровообращения). При этом следует немедленно прекратить массаж сердца, но продолжать проведение искусственного дыхания до появления устойчивого самостоятельного дыхания. При отсутствии пульса необходимо продолжать делать массаж сердца.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца необходимо проводить до восстановления устойчивого самостоятельного дыхания и деятельности сердца у пострадавшего или до его передачи медицинскому персоналу.

Длительное отсутствие пульса при появлении других признаков оживления организма (самостоятельное дыхание, сужение зрачков, попытки пострадавшего двигать руками и ногами и др.) служит признаком фибрилляции сердца. В этих случаях необходимо продолжать делать искусственное дыхание и массаж сердца пострадавшему до передачи его медицинскому персоналу.

4. Первая доврачебная помощь при различных видах повреждения организма человека

4.1. Ранение.

Оказывая первую доврачебную помощь при ранении, необходимо строго соблюдать следующие правила.

Нельзя:

- промывать рану водой или каким-либо лекарственным веществом, засыпать ее порошком и смазывать мазями, так как это препятствует заживлению раны, вызывает нагноение и способствует занесению в нее грязи с поверхности кожи;
- удалять из раны песок, землю и т. п., так как убрать самим все, что загрязняет рану, невозможно;
- удалять из раны сгустки крови, остатки одежды и т. п., так как это может вызвать сильное кровотечение;
- заматывать раны изоляционной лентой или накладывать на них паутину во избежание заражения столбняком.

Надо:

- оказывающему помощь вымыть руки или смазать пальцы йодом;
- осторожно снять грязь с кожи вокруг раны, очищенный участок кожи нужно смазать йодом;
- вскрыть имеющийся в аптечке перевязочный пакет в соответствии с указанием, напечатанным на его обертке. При наложении перевязочного материала не следует касаться руками той его части, которая должна быть наложена непосредственно на рану. Если перевязочного пакета почему-либо не оказалось, для перевязки можно использовать чистый платок, ткань и т. п.). Накладывать вату непосредственно на рану нельзя. На то место ткани, которое накладывается непосредственно на рану, капнуть йод, чтобы получить пятно размером больше раны, а затем положить ткань на рану;
- по возможности быстрее обратиться в лечебное учреждение, особенно если рана загрязнена землей.

4.2. Кровотечение.

4.2.1. Внутреннее кровотечение.

Внутреннее кровотечение распознается по внешнему виду пострадавшего (он бледнеет; на коже выступает липкий пот; дыхание частое, прерывистое, пульс частый слабого наполнения).

Надо:

- уложить пострадавшего или придать ему полусидячее положение;
- обеспечить полный покой;
- приложить к предполагаемому месту кровотечения «холод»;
- срочно вызвать врача.

Нельзя:

- давать пострадавшему пить, если есть подозрение на повреждение органов брюшной полости.

4.2.2. Наружное кровотечение.

Надо:

а) при несильном кровотечении:

- кожу вокруг раны смазать йодом;
- на рану наложить перевязочный материал, вату и плотно прибинтовать;
- не снимая наложенного перевязочного материала, поверх него наложить дополнительно слои марли, вату и туго забинтовать, если кровотечение продолжается;

б) при сильном кровотечении:

- в зависимости от места ранения для быстрой остановки прижать артерии к подлежащей кости выше раны по току крови в наиболее эффективных местах (височная артерия; затылочная артерия; сонная артерия; подключичная артерия; подмышечная артерия; плечевая артерия; лучевая артерия; локтевая артерия; бедренная артерия; бедренная артерия в середине бедра; подколенная артерия; тыльная артерия стопы; задняя большеберцовая артерия);

- при сильном кровотечении из раненой конечности согнуть ее в суставе выше места ранения, если нет перелома этой конечности. В ямку, образующуюся при сгибании, вложить комок ваты, марли и т. п., согнуть сустав до отказа и зафиксировать сгиб сустава ремнем, косынкой и другими материалами;

- при сильном кровотечении из раненой конечности наложить жгут выше раны (ближе к туловищу), обернув конечность в месте наложения жгута мягкой прокладкой (марля, платок и т. п.). Предварительно кровоточащий сосуд должен быть прижат пальцами к подлежащей кости. Жгут наложен правильно, если пульсация сосуда ниже места его наложения не определяется, конечность бледнеет. Жгут может быть наложен растяжением (эластичный специальный жгут) и закруткой (галстук, скрученный платок, полотенце);

- пострадавшего с наложенным жгутом как можно быстрее доставить в лечебное учреждение.

Нельзя:

- чрезмерно сильно затягивать жгут, так как можно повредить мышцы, пережать нервные волокна и вызвать паралич конечности;

- накладывать жгут в теплое время больше чем на 2 ч, а в холодное - больше чем на 1 ч, поскольку есть опасность омертвления тканей. Если есть необходимость оставить жгут дольше, то нужно его на 10-15 мин снять, предварительно прижав сосуд пальцем выше места кровотечения, а затем наложить повторно на новые участки кожи.

4.3. Поражение электрическим током.

Надо:

- как можно быстрее освободить пострадавшего от действия электрического тока;

- принять меры к отделению пострадавшего от токоведущих частей, если отсутствует возможность быстрого отключения электроустановки. Для этого можно: воспользоваться любым сухим, не проводящим электроток предметом

(палкой, доской, канатом и др.); оттянуть пострадавшего от токоведущих частей за его личную одежду, если она сухая и отстает от тела; перерубить провод топором с сухой деревянной рукояткой; использовать предмет, проводящий электроток, обернув его в месте контакта с руками спасателя сухой материей, войлоком и т. п.;

- вынести пострадавшего из опасной зоны на расстояние не менее 8 м от токоведущей части (провода);

- в соответствии с состоянием пострадавшего оказать первую доврачебную помощь, в т. ч. реанимационную (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца). Вне зависимости от субъективного самочувствия пострадавшего доставить его в лечебное учреждение.

Нельзя:

- забывать о мерах личной безопасности при оказании помощи пострадавшему от электротока. С особой осторожностью нужно перемещаться в зоне, где токоведущая часть (провод и т. п.) лежит на земле. Перемещаться в зоне растекания тока замыкания на землю надо с использованием средств защиты для изоляции от земли (диэлектрические средства защиты, сухие доски и др.) или без применения средств защиты, передвигая ступни ног по земле и не отрывая их одну от другой.

4.4. Переломы, вывихи, ушибы, растяжение связок.

4.4.1. При переломах надо:

- обеспечить пострадавшему иммобилизацию (создание покоя) сломанной кости;

- при открытых переломах остановить кровотечение, наложить стерильную повязку;

- наложить шину (стандартную или изготовленную из подручного материала - фанеры, доски, палки и т. п.). Если нет никаких предметов, при помощи которых можно было бы иммобилизовать место перелома, его прибинтовывают к здоровой части тела (поврежденную руку к грудной клетке, поврежденную ногу - к здоровой и т. п.);

- при закрытом переломе в месте наложения шины оставить тонкий слой одежды. Остальные слои одежды или обувь снять, не усугубляя положения пострадавшего (например, разрезать);

- к месту перелома приложить холод для уменьшения боли;

- доставить пострадавшего в лечебное учреждение, создав спокойное положение поврежденной части тела во время транспортировки и передачи медицинскому персоналу.

Нельзя:

- снимать с пострадавшего одежду и обувь естественным способом, если это ведет к дополнительному физическому воздействию (сдавливанию, нажатию) на место перелома.

4.4.2. При вывихе надо:

- обеспечить полную неподвижность поврежденной части с помощью шины (стандартной или изготовленной из подручного материала);

- приложить «холод» к месту травмы;

- доставить пострадавшего в лечебное учреждение с обеспечением иммобилизации.

Нельзя:

- пытаться самим вправлять вывих. Сделать это должен только медицинский работник.

4.4.3. При ушибах надо:

- создать покой ушибленному месту;

- прикладывать «холод» к месту ушиба;

- наложить тугую повязку.

Нельзя:

- смазывать ушибленное место йодом, растирать и накладывать

согревающий компресс.

4.4.4. При растяжении связок надо:

- травмированную конечность туго забинтовать и обеспечить ей покой;
- приложить «холод» к месту травмы;
- создать условия для обеспечения кровообращения (приподнять травмированную ногу, поврежденную руку подвесить на косынке к шее).

Нельзя:

- проводить процедуры, которые могут привести к нагреву травмированного места.

4.4.5. При переломе черепа (признаки: кровотечение из ушей и рта, бессознательное состояние) и при сотрясении мозга (признаки: головная боль, тошнота, рвота, потеря сознания) надо:

- устранить вредное влияние обстановки (мороз, жара, нахождение на проезжей части дороги и т. п.);
- перенести пострадавшего с соблюдением правил безопасной транспортировки в комфортное место;
- уложить пострадавшего на спину, в случае появления рвоты повернуть голову набок;
- зафиксировать голову с двух сторон валиками из одежды;
- при появлении удушья вследствие западания языка выдвинуть нижнюю челюсть вперед и поддерживать ее в таком положении;
- при наличии раны наложить тугую стерильную повязку;
- положить «холод»;
- обеспечить полный покой до прибытия врача;
- по возможности быстрее оказать квалифицированную медицинскую помощь (вызвать медицинских работников, обеспечить соответствующую транспортировку).

Нельзя:

- самостоятельно давать пострадавшему какие-либо лекарства;
- разговаривать с пострадавшим;
- допускать, чтобы пострадавший вставал и передвигался.

4.4.6. При повреждении позвоночника (признаки: резкая боль в позвоночнике, невозможность согнуть спину и повернуться) надо:

- осторожно, не поднимая пострадавшего, подсунуть под его спину широкую доску и др. аналогичный по функциям предмет или повернуть пострадавшего лицом вниз и строго следить, чтобы его туловище при этом не прогибалось ни в каком положении (во избежание повреждения спинного мозга);
- исключить любую нагрузку на мускулатуру позвоночника;
- обеспечить полный покой.

Нельзя:

- поворачивать пострадавшего на бок, сажать, ставить на ноги;
- укладывать на мягкую, эластичную подстилку.

4.5. При ожогах надо:

- при ожогах I -й степени (покраснение и болезненность кожи) одежду и обувь на обожженном месте разрезать и осторожно снять, смочить обожженное место спиртом, слабым раствором марганцовокислого калия и др. охлаждающими и дезинфицирующими примочками, после чего обратиться в лечебное учреждение;

- при ожогах II-й, III-й и IV-й степени (пузыри, омертвление кожи и глуболежащих тканей) наложить сухую стерильную повязку, завернуть пораженный участок кожи в чистую ткань, простыню и т. п., обратиться за врачебной помощью. Если обгоревшие куски одежды прилипли к обожженной коже, стерильную повязку наложить поверх них;

- при признаках шока у пострадавшего срочно дать ему выпить 20 капель настойки валерианы или другого аналогичного средства;

- при ожоге глаз делать холодные примочки из раствора борной кислоты

(половина чайной ложки кислоты на стакан воды);

- при химическом ожоге промыть пораженное место водой, обработать его нейтрализующими растворами: при ожоге кислотой - раствор пищевой соды (1 чайная ложка на стакан воды); при ожоге щелочью - раствор борной кислоты (1 чайная ложка на стакан воды) или раствор уксусной кислоты (столовый уксус, наполовину разбавленный водой).

Нельзя:

- касаться руками обожженных участков кожи или смазывать их мазями, жирами и др. средствами;
- вскрывать пузыри;
- удалять приставшие к обожженному месту вещества, материалы, грязь, мастику, одежду и пр.

4.6. При тепловом и солнечном ударе надо:

- побыстрее перенести пострадавшего в прохладное место;
- уложить на спину, подложив под голову сверток (можно из одежды);
- расстегнуть или снять стесняющую дыхание одежду;
- смочить голову и грудь холодной водой;
- прикладывать холодные примочки на поверхность кожи, где сосредоточено много сосудов (лоб, теменная область и др.);
- если человек находится в сознании, дать выпить холодный чай, холодную подсоленную воду;
- если нарушено дыхание и отсутствует пульс, провести искусственное дыхание и наружный массаж сердца;
- обеспечить покой;
- вызвать скорую помощь или доставить пострадавшего в лечебное учреждение (в зависимости от состояния здоровья).

Нельзя:

- оставлять пострадавшего без внимания до прибытия скорой помощи и доставки его в лечебное учреждение.

4.7. При пищевых отравлениях надо:

- дать пострадавшему выпить не менее 3-4 стаканов воды и розового раствора марганцовки с последующим вызовом рвоты;
- повторить промывание желудка несколько раз;
- дать пострадавшему активированный уголь;
- напоить теплым чаем, уложить в постель, укрыть теплее (до прибытия медицинского персонала);
- при нарушении дыхания и кровообращения приступить к проведению искусственного дыхания и наружного массажа сердца.

Нельзя:

- оставлять пострадавшего без внимания до прибытия скорой помощи и доставки его в лечебное учреждение.

4.8. При обморожениях надо:

- при незначительном замерзании немедленно растереть и обогреть охлажденную область для устранения спазма сосудов (исключив вероятность повреждения кожного покрова, его ранения);
- при потере чувствительности, побелении кожного покрова не допускать быстрого согревания переохлажденных участков тела при нахождении пострадавшего в помещении, использовать теплоизолирующие повязки (ватно-марлевые, шерстяные и др.) на пораженные покровы;
- обеспечить неподвижность переохлажденных рук, ног, корпуса тела (для этого можно прибегнуть к шинированию);
- теплоизолирующую повязку оставить до тех пор, пока не появится чувство жара и не восстановится чувствительность переохлажденного кожного покрова, после чего давать пить горячий сладкий чай;
- при общем переохлаждении пострадавшего срочно доставить в ближайшее лечебное учреждение, не снимая теплоизолирующих повязок и средств (в

частности, не следует снимать оледеневшую обувь, можно лишь укутать ноги ватником и т. п.).

Нельзя:

- срывать или прокалывать образовавшиеся пузыри, поскольку это грозит нагноением.

4.9. При попадании инородных тел в органы и ткани надо обратиться к медицинскому работнику или в лечебное учреждение.

Самим удалять инородное тело можно лишь в том случае, если есть достаточная уверенность, что это можно сделать легко, полностью и без тяжелых последствий.

4.10. При утоплении человека надо:

- действовать обдуманно, спокойно и осторожно;
- оказывающий помощь должен не только сам хорошо плавать и нырять, но и знать приемы транспортировки пострадавшего, уметь освободиться от его захватов;
- срочно вызвать скорую помощь или врача;
- по возможности быстро очистить рот и глотку (открыть рот, удалить попавший песок, осторожно вытянуть язык и зафиксировать его к подбородку бинтом или платком, концы которого завязать на затылке);
- удалить воду из дыхательных путей (пострадавшего положить животом на колени, голова и ноги свешиваются вниз; поколачивать по спине);
- если после удаления воды пострадавший находится в бессознательном состоянии, отсутствует пульс на сонных артериях, не дышит, приступить к искусственному дыханию и наружному массажу сердца. Проводить до полного восстановления дыхания или прекратить при появлении явных признаков смерти, которые должен констатировать врач;
- при восстановлении дыхания и сознания укутать, согреть, напоить горячим крепким кофе, чаем (взрослому человеку дать 1-2 ст. л. водки);
- обеспечить полный покой до прибытия врача.

Нельзя:

- до прибытия врача оставлять пострадавшего одного (без внимания) даже при явном видимом улучшении самочувствия.

4.11. При укусах.

4.11.1. При укусах змей и ядовитых насекомых надо:

- как можно скорее отсосать яд из ранки (для оказывающего помощь эта процедура не опасна);
- ограничить подвижность пострадавшего для замедления распространения яда;
- обеспечить обильное питье;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение. Транспортировать только в положении лежа.

Нельзя:

- накладывать жгут на укушенную конечность;
- прижигать место укуса;
- делать разрезы для лучшего отхождения яда;
- давать пострадавшему алкоголь.

4.11.2. При укусах животных надо:

- кожу вокруг места укуса (царапины) смазать йодом;
- наложить стерильную повязку;
- пострадавшего направить в лечебное учреждение для проведения прививок против бешенства.

4.11.3. При укусе или ужалении насекомыми (пчелы, осы и др.) надо:

- удалить жало;
- положить на место отека «холод»;
- дать пострадавшему большое количество питья;
- при аллергических реакциях на яд насекомых дать пострадавшему 1-2

таблетки димедрола и 20-25 капель кордиамина, обложить пострадавшего теплыми грелками и срочно доставить в лечебное учреждение;

- при нарушении дыхания и остановке сердца делать искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

Нельзя:

- пострадавшему принимать алкоголь, так как он способствует проницаемости сосудов, яд задерживается в клетках, отеки усиливаются.

5. Заключительные положения

5.1. Весь персонал образовательного учреждения должен периодически проходить повторное обучение с обязательными практическими занятиями по приемам оказания первой доврачебной помощи. Цикл заканчивается проверкой знаний и росписью работника в специальном журнале. График и периодичность занятий устанавливает руководитель. Занятия должны проводить компетентные медицинские работники совместно с администрацией.

С инструкцией ознакомлен (а):

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая ДООУ № 56

Багаудинова Н.З.

_____ 20 ____ г.

ИНСТРУКЦИЯ

воспитателя по предупреждению детского дорожного травматизма

1. В целях предупреждения детского дорожно-транспортного травматизма воспитателю следует систематически (особенно в начале и в конце учебного года – осенью и весной) проводить специальные занятия по закреплению у детей правил поведения на улицах и дорогах.
2. Регулярно проводить с детьми беседы о том, почему нельзя выходить на улицу без взрослых, играть на тротуаре. Подкреплять беседы примерами, иллюстрациями.
3. В игровой форме рассматривать ситуации правильного и неправильного поведения на улице, ситуации-загадки.
4. Знакомить детей с правилами перехода улицы, основными понятиями: пешеходный переход, подземный переход, светофор, перекресток.
5. Знакомить детей, начиная со старшего дошкольного возраста, с дорожными знаками, предназначенными для водителей и пешеходов:
 - предупреждающими: «Дети», «Пешеходный переход»; запрещающими: «Въезд запрещен», «Подача звукового сигнала запрещена», «Движение прямо», «Движение направо»;
 - информационно-указательными: «Место остановки автобуса», «Пешеходный переход».
- Закреплять знания детей в сюжетно-ролевых играх в группе, а в летнее время – на специально оборудованной площадке на участке дошкольного учреждения с использованием колесного детского транспорта.
6. Знакомить детей с правилами езды на велосипеде. Рассматривать различные ситуации на примерах, используя серию картинок.
7. Знакомить детей с работой ГИБДД. Показывать картинки с изображением патрульной машины, вертолета, постов ДПС, организовывать сюжетно-ролевые игры, отражающие работу данной службы.
8. Знакомить детей с правилами поведения в транспорте (наземные и подземные виды общественного транспорта, личные автомобили, воздушный, железнодорожный и водный транспорт – в зависимости от возраста детей).
9. Организовать в группе зону или уголок по обучению правилам дорожного движения (брошюры, иллюстрации, детские книги, настольно-печатные и дидактические игры, атрибуты к сюжетно-ролевым играм, макеты, карточки-задания и т. п.)
10. В летний период организовывать на участке игры по обучению детей правилам дорожного движения.
11. Организовывать экскурсии по ознакомлению с дорожным движением.
12. Привлекать родителей и работников ГИБДД к работе по предупреждению нарушений правил дорожного движения.

С инструкцией ознакомлен(а):

Казимова Э.Г.
Зам. рук

**Список нормативных документов регламентирующих деятельность ДОУ
в летний оздоровительный период**

- ☐ Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89);
- ☐ Конституция РФ от 12.12.93 (ст. 38, 41, 42, 43);
- ☐ Федеральный закон от 24.07.98 № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации";
- ☐ Закон Российской Федерации "Об образовании» N 3266-1 от 10 июля 1992 года с изменениями.
- ☐ Постановление Правительства Российской Федерации от 12 сентября 2008 г. N 666 г. Москва "Об утверждении Типового положения о дошкольном образовательном учреждении" (с изм. и доп.)
- ☐ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 23 ноября 2009 г. N 655 "Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования" (Вступил в силу: 16 марта 2010 г.)
- ☐ Концепция содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено) (Утверждена ФКС по общему образованию МО РФ 17.06.2003)
- ☐ Концепция Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 07 февраля 2011 г. № 163-р)
- ☐ Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р)
- ☐ Нормативы СанПиН 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» » и изменения к ним СанПиН 2.4.1. 2791-10
- ☐ Организация летней оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях. Методические рекомендации. Министерство здравоохранения СССР 20.06.86 №11-22/6-29
- ☐ Инструктивно-методическое письмо. «Об организации воспитательной работы с детьми на прогулке» № 295-М 17.07.1980
- ☐ Локальные акты ДОУ.

Комплексное планирование оздоровительной работы в ДОУ в летний период

Успех летней оздоровительной работы с дошкольниками во многом определяется тем, насколько грамотно и своевременно подготовился к ней весь коллектив дошкольного учреждения. Организация физкультурно – оздоровительной работы, как части летней компании по оздоровлению, должна быть в состоянии непрерывного обновления, совершенствования. В связи с этим мы внесли изменения в организацию физкультурно – оздоровительного процесса в ДОУ: внедряем принципы комплексного тематического планирования и интеграции образовательных областей друг с другом, а также используем предлагаемые системы мониторинга качества физического развития ребёнка. Для наиболее полного и интересного решения поставленных задач на летний оздоровительный период нами разработан проект по летней оздоровительной работе «Лето в Волшебном замке». Составной частью проекта является Комплексное планирование по физическому направлению, состоящее из трёх модулей:

- оздоровительно – профилактическая работа;
- физическая культура;
- комплексно – тематическое планирование на летний оздоровительный период;

1 модуль: оздоровительно – профилактическая работа включает в себя:

1. санитарно – гигиенические условия:

Направление работы в данном разделе - переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года и организация водно-питьевого режима. Это, прежде всего, максимальное пребывание детей на воздухе:

- утренний прием детей на участках детского сада;
- утренняя гимнастика, образовательная деятельность проводятся на свежем воздухе с обязательным использованием музыкального сопровождения;
- сон – 3 часа;
- наличие зонтов от солнца, головных уборов у детей;
- наличие чайника с отстоянной проточной водой, одноразовых стаканчиков.

2. Организация закаливающих процедур:

- утренняя гимнастика на свежем воздухе под музыкальное сопровождение (дыхательная гимнастика, профилактика осанки, плоскостопия);
- солнечные ванны, воздушные ванны;
- босохождение по Дорожке Здоровья (дорожка Здоровья представляет собой 8 контейнеров, заполненных разными природными наполнителями: шишками, галькой, каштанами, палочками, мокрым и сухим песком, пробкой, мелкими камешками; ходьба по дорожке организуется ежедневно по графику в конце прогулки);
- ходьба босиком в спальне до и после сна;
- сон без маек с доступом воздуха;
- полоскание рта;
- бодрящая гимнастика (1 раз в день после сна, включает в себя: комплекс «Гимнастика пробуждения» для каждой возрастной группы; точечный массаж; босохождение по массажным коврикам;

- общеразвивающие упражнения (речь и движение); и заканчивается водными процедурами (обширное умывание).
3. *Организация профилактических процедур* (проводятся при отсутствии противопоказаний):
 - гимнастика с элементами кинезиологии;
 - пальчиковая гимнастика;
 - ароматерапия (с использованием аромалампы с эфирными маслами, проводится постоянно перед сном, а также во время влажной уборки);
 - профилактика плоскостопия (хождение по массажным дорожкам);
 - профилактика нарушения осанки;
 - фиточай (2 раза в неделю после плавания);
 4. *Формирование привычки к здоровому образу жизни:*
 - формирование у детей привычки к здоровому образу жизни на основе методического пособия Шарыгиной Т.А.;
 - дидактические игры по валеологии, по формированию основ здорового образа жизни;
 - беседы, ситуации, КВН, развлечения, досуги по ЗОЖ;
 - сотрудничество с театр – студией «Капитошка» по данному направлению;
 - пешие и выездные оздоровительные прогулки;
 - участие родителей в физкультурно – оздоровительных мероприятиях, спортивных праздниках, досугах и городских соревнованиях;
 - анкетирование и наглядная агитация по темам «Здоровье вашего ребёнка», «Организация здорового образа жизни в семье», «Организация кружковой работы по физическому развитию детей»;
 - индивидуальные беседы с родителями;
 5. *Организация рационального питания:*
 - организация второго завтрака (соки, фрукты);
 - введение овощей и фруктов в обед и полдник;
 - С-витаминизация блюд;
 6. *Организацию профилактических мероприятий по предотвращению нарушений опорно-двигательного аппарата:*
 - Проведение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия;
 7. *Отслеживание результатов оздоровления и мониторинг :*
 - анализа здоровья детей;
 - мониторинг здоровья ЧБД;
 - отслеживание результатов оздоровления;
 - организация и эффективность закаливающих мероприятий;
 - формирование паспорта Здоровья каждого ребёнка;

2 модуль: физическая культура

1. *Организация развивающей среды на территории и в ДОУ.*
2. *Организация оптимального двигательного режима:*
 - утренняя гимнастика на свежем воздухе под музыкальное сопровождение (дыхательная гимнастика, профилактика осанки, плоскостопия);
 - гимнастика с элементами кинезиологии;
 - плавание (2 раза в неделю);
 - непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию на воздухе;
 - подвижные игры, игры-хороводы, игры с водой, физические, игровые упражнения;
 - спортивные игры;

- индивидуальная работа по физическому развитию;
- оздоровительная ходьба;
- дозированный бег (по индивидуальным показателям);
- босохождение по дорожке Здоровья;
- физкультурные досуги;
- недели Здоровья и дни Здоровья;
- поход в зелёную зону совместно с родителями;
- музыкально – спортивный праздник «Рыцарский турнир в Волшебном замке»;
- походы по экологической тропе ДОУ;
- маршруты Здоровья для детей каждой возрастной группы в течение дня на летний период;
- использование авторской игровой план – программы «Калейдоскоп игр» на летний оздоровительный период для всех возрастных групп (инструктор по ФК Шкуренко О.В.);

3 модуль: комплексно – тематическое планирование на летний оздоровительный период (оздоровительные, познавательные. творческие проекты)

Комплексно – тематическое планирование на летний оздоровительный период разработано с учётом ФГТ и интеграции образовательных областей. В основу взята проектная деятельность, которая, мы надеемся, повысит не только физическое развитие детей, но и познавательный и творческий интересы. *(Приложение №1)*

Данное комплексное планирование оздоровительной работы может являться: составной частью плана летней оздоровительной работы в ДОУ, может использоваться как приложение к плану летней оздоровительной работы. Если педагогический коллектив ДОУ подойдёт к реализации этого проекта и в целом летней оздоровительной работы неформально, избирательно, а комплексно, методически правильно и с пониманием её цели, то летняя оздоровительная работа в дошкольном учреждении выйдет на новый, ещё более качественный уровень и результатом работы будет хорошее здоровье наших детей!

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №56

**Комплексное планирование
по физическому направлению**

1 модуль: оздоровительно – профилактическая работа

Раздел работы	Направление работы	Содержание работы	Сроки проведения	Ответственный
Санитарно – гигиенические условия	Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года	- Утренний прием детей на участках детского сада; - утренняя гимнастика, образовательная деятельность проводятся на свежем воздухе с обязательным использованием ТСО; - максимальное пребывание детей на воздухе; - сон – 3 часа; - наличие зонтов от солнца, головных уборов у детей; - наличие индивидуальных стаканчиков для полоскания зева и горла.	постоянно	инструктор по ФК, старшая медсестра, воспитатели
	Организация водно-питьевого режима	Наличие чайника, охлажденной кипячёной воды, одноразовых стаканчиков	постоянно	воспитатели , младшие воспитатели
Организация закаливающих процедур	Организация максимального пребывания на воздухе	- Утренний приём на свежем воздухе; - утренняя гимнастика на свежем воздухе под музыкальное сопровождение (дыхательная гимнастика, профилактика осанки, плоскостопия); - солнечные ванны, воздушные ванны;	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели

		- босохождение по Дорожке Здоровья; - контрастное обливание ног; - полоскание рта; - сон без маек с доступом воздуха; - бодрящая гимнастика; - ходьба босиком в спальне до и после сна; - обширное умывание.		старшая медсестра, воспитатели
Организация профилактических процедур (проводятся при отсутствии противопоказаний)		- Гимнастика с элементами кинезиологии; - ароматерапия (с использованием аромалампы с эфирными маслами, перед сном); - профилактика плоскостопия (хождение по массажным дорожкам); - профилактика нарушения осанки; - Фиточай (2/ неделю); - пальчиковая гимнастика;	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели, старшая медсестра
Формирование привычки к здоровому образу жизни		- Дидактические игры по валеологии, по формированию основ здорового образа жизни; - картотека дидактических игр по валеологии, по формированию основ здорового образа жизни; - беседы, ситуации, КВН, развлечения, досуги по ЗОЖ; - сотрудничество с театр – студией «Капитошка» по данному направлению (1/квартал);	постоянно	воспитатели

		Пешие и выездные оздоровительные прогулки совместно с родителями; рекомендации по питанию ослабленным и имеющим аллергические реакции, детей; - участие родителей в физкультурно – оздоровительных мероприятиях, спортивных праздниках, досугах и городских соревнованиях; анкетирование и наглядная агитация по темам «Здоровье вашего ребёнка», «Организация здорового образа жизни в семье», «Организация кружковой работы по физическому развитию детей»; индивидуальные беседы с родителями.	по плану	заместитель заведующей, воспитатели , родительский коммитет
Организация рационального питания		- Организация второго завтрака (соки, фрукты); - введение овощей и фруктов в обед и полдник; - С- Витаминизация блюд;	постоянно	старшая медсестра, шеф - повар
Организация профилактических мероприятий по предотвращению нарушений опорно - двигательного аппарата		Проведение комплексов упражнений для осанки. Проведение комплексов упражнений для профилактики плоскостопия.	постоянно	старшая медсестра, воспитатели

2 модуль: физическая культура

Раздел работы	Направление работы	Содержание работы	Сроки проведения	Ответственный
Условия для физического развития	Организация предметно – развивающей среды на территории ДОУ	- Наличие 2 спортивных площадок со стационарным оборудованием, специальным покрытием мастер – файбер; - наличие на площадках баскетбольного, волейбольного, футбольного оборудования; - наличие теннисного стола; - наличие на спортивной площадке физкультурно – развивающего комплекса; - наличие надувного бассейна, объёмом 200 куб. л; - наличие Дорожки Здоровья с природными наполнителями разной фактуры; - наличие мини – бассейнов на групповом участке; - наличие физкультурно -игровых комплексов на групповом участке; - наличие выносного спортивного оборудования.		заведующая, заместитель заведующей

	Организация предметно – развивающей среды в ДОУ	- Наличие спортивного зала со специальным оборудованием, тренажёрами; - наличие бассейна, с размером чаши (7х3, объём 20 куб. м), с душевой комнатой, 2 раздевалками, 2 сошуарами; - наличие комнаты релаксации с фонтаном; - наличие фитобара; - наличие Центра «Физкультура» в каждой групповой комнате с физкультурным оборудованием, нетрадиционным оборудованием для профилактической, оздоровительной работы.		заведующая, заместитель заведующей, инструктор по ФК, инструктор по плаванию, воспитатели
Организация оптимального двигательного режима		- Утренняя гимнастика на свежем воздухе под музыкальное сопровождение (дыхательная гимнастика, профилактика осанки, плоскостопия); - гимнастика с элементами кинезиологии; - плавание(2/неделю); - образовательная деятельность по физическому развитию на воздухе (по сетке НОД); - подвижные игры, игры с водой, хороводы, физические упражнения, игровые упражнения.	Постоянно	Инструктор по ФК, воспитатели

		- Спортивные игры; - индивидуальная работа по физическому развитию; - оздоровительная ходьба; - дозированный бег (по индивидуальным показателям); - Босохождение по Дорожке Здоровья; - физкультурные досуги (1/месяц); - неделя Здоровья (1/месяц);	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели
		Традиция ДОУ – Поход в зелёную зону совместно с родителями	1/летний период	инструктор по ФК, воспитатели
		Традиция ДОУ – Музыкально – спортивный праздник «Рыцарский турнир в Волшебном замке».	июнь	инструктор по ФК, музыкальный руководитель, воспитатели
		Походы по экологической тропе ДОУ.	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели
		Маршруты Здоровья для детей каждой возрастной группы в течение дня на летний период;	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели
		Использование авторской игровой план – программы «Калейдоскоп игр» на летний оздоровительный период для всех возрастных групп (инструктор по ФК Шкуренко О.В.).	постоянно	инструктор по ФК, воспитатели

3 модуль: комплексно – тематическое планирование на летний оздоровительный период

Направление работы	Содержание работы	Сроки проведения	Ответственный
июнь			
Создание краткосрочных проектов	Музыкально - спортивный праздник, посвящённый Дню защиты детей «Дадим шар земной детям».	1 июня	инструктор по ФК, музыкальный руководитель
	Творческий проект «В гостях у сказки» (по сказкам А.С.Пушкина) Образовательная область Физическая культура: игровая программа №3 «Прогулка в летний сад» (старший дошкольный возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр».	1 неделя июнь	заместители заведующей, музыкальный руководитель, воспитатели
	Познавательно – оздоровительный проект «Рыцарский турнир в Волшебном замке»	2 неделя июнь	заместители заведующей, инструктор по ФК
	Физкультурно – оздоровительный проект «В гостях у доктора Айболита» (ЗОЖ)	3 неделя июнь	заместители заведующей, музыкальный руководитель, инструктор по ФК
	Проект по организации безопасной жизнедеятельности «Красный. Жёлтый. Зелёный» Образовательная область Физическая культура: сюжетная игровая программа №4 «На волшебном острове» (старший дошкольный возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр»;	4 неделя июнь	заместители заведующей, инструктор по ФК
июль			
	Опытно – экспериментальный проект	1 неделя	заместители заведующей,

	«Неделя летних чудес» Образовательная область Физическая культура: оздоровительная игровая программа №8 «Команда быстроногих» (старший дошкольный возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр»;	июль	воспитатели
	Познавательный – оздоровительный проект «Вода – синее чудо Земли»	2 неделя июль	заместители заведующей, инструктор по плаванию
	Театральный проект «Театральная неделя» (по сказкам К.И. Чуковского) Образовательная область Физическая культура: игровая программа №2 «Театр и дети» (старший дошкольный возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр»;	3 неделя июль	заместители заведующей, музыкальный руководитель, воспитатели
	Игровой проект «Фестиваль народных игр»	4 неделя июль	заместители заведующей, музыкальный руководитель, инструктор по ФК
август			
	Физкультурно – оздоровительный проект «Малые Олимпийские игры»	1 неделя Август	Заместители заведующей, инструктор по ФК
	Эколого - оздоровительный проект «Окно в природу»	2 неделя Август	Заместители заведующей, инструктор по ФК
	Познавательный – патриотический проект «Моя Россия», посвящённый Дню Российского флага Образовательная область Физическая культура: игровая программа №1 «Друзья - соперники» (старший дошкольный	3 неделя Август	Заместители заведующей, музыкальный руководитель, воспитатели групп

	возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр»;		
	Познавательно - творческий проект «Неделя искусства» Образовательная область Физическая культура: сюжетно - игровая программа №23 «За золотым ключиком в лес» (старший дошкольный возраст, авторская игровая план – программа «Калейдоскоп игр»;	4 неделя Август	Педагоги дополнительного образования

Организация медико-педагогического контроля в летний период

Лето – удивительная и благодатная пора, когда детям можно вдоволь гулять, бегать и прыгать. Именно в этот период они много времени проводят на воздухе. И очень важно так организовать жизнь дошкольников, чтобы каждый день приносил им что-то новое, был наполнен интересным содержанием, чтобы воспоминания о летнем времени, играх, прогулках, праздниках и развлечениях, интересных эпизодах из их жизни еще радовали детей.

Пребывание дошкольников на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на их всестороннее развитие.

Основная задача взрослых при этом как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности, движении. Обеспечить необходимый уровень физического и психического развития детей поможет четко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера.

Летний период является наиболее благоприятным для проведения оздоровительной и воспитательно-развивающей работы с дошкольниками. В процессе подготовки к летней оздоровительной работе в детском саду составляется и утверждается план работы на летний период, а также план медико-педагогического контроля.

План летней работы и план медико-педагогического контроля детально обсуждается в коллективе, при этом учитываются пожелания и предложения всех специалистов и педагогов в соответствии с планом работы ЛОР составляется и график медико – педагогического контроля.

Оздоровительная работа в детском саду в летний период строится на основании следующих принципов:

- систематичность использования физкультурно-оздоровительных, закаливающих и профилактических технологий;
- учет индивидуальных особенностей детей и запросов семьи;
- положительный и эмоциональный настрой ребенка;
- доступность используемых оздоровительных технологий.

Методы и формы физкультурно-оздоровительных, закаливающих и профилактических мероприятий подбираются с учетом состояния здоровья детей, кадрового состава, возможности воспитателей и других специалистов, а также условий и оснащенности ДОУ.

Специалисты, осуществляющие медико- педагогический контроль



Целью физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в нашем детском саду – способствовать сохранению, укреплению здоровья детей с помощью комплекса оздоровительных мероприятий.

«Комплексный план оздоровительных мероприятий, направленный на снижение заболеваемости и укрепление здоровья детей средней группы ДОУ № 56»

№ п/п	Мероприятия	Сроки организации	Ответственные
1	Дыхательная гимнастика: - утром на гимнастике - перед прогулкой - после сна	ежедневно	воспитатели
2	Проветривание помещения, в том числе сквозное	ежедневно в отсутствии детей	младшие воспитатели
3	Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	ежедневно	младшие воспитатели
4	Физиопроцедуры: куф, ингаляция, люголизация ЧБД	по назначению врача перед приемом пищи	медсестра физио терапевтического кабинета, старшая медсестра

5	Закаливание <u>Воздушные ванны:</u> - облегченная одежда в группе, одежда по сезону; - утренний прием на свежем воздухе; - утренняя гимнастика на улице; -прогулки; - максимальное пребывание на воздухе; - дыхательная гимнастика; сон при открытых фрамугах <u>Водные процедуры:</u> - обширное умывание; - плавание в бассейне; - игры с водой и песком во время прогулки. <u>Дополнительные закаливающие процедуры:</u> - самомассаж; - сухое растирание; - солнечные ванны; - хождение босиком по дорожке «здоровья»; - босохождение по траве; - точечный массаж.	ежедневно	воспитатели, старшая мед. сестра
6	Бодрящая гимнастика после сна - обширное умывание рук, лица и шеи; - комплекс упражнений; - ходьба по ортопедическим дорожкам; - босохождение по мокрым ребристым дорожкам.	ежедневно	воспитатели, старшая медицинская сестра
7	Организация двигательной активности детей: -образовательная деятельность по ФК; -прогулки; - подвижные игры; - час подвижной игры; - динамические часы.	ежедневно	воспитатели, старшая медицинская сестра
8	Организация питания: - витаминизация третьего блюда витамином С; - витаминотерапия (свежие овощи, фрукты, сок)	ежедневно	шеф-повар, старшая мед. сестра

Отследить результаты физкультурно-оздоровительной работы в летний период помогает *медико-педагогический контроль*, в который входят:

- антропометрия (май – август);
- мониторинг физического развития детей, в который входит антропометрия;
- медико-педагогическое наблюдение за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий,
- организация двигательной активности в течении дня;
- медико-педагогическое наблюдение за организацией закаливающих, оздоровительных и профилактических мероприятий;
- санитарно-педагогический контроль;
- административный контроль, цель которого определение выполнения административных распоряжений, регламентирующих деятельность ДОУ.

В летний оздоровительный период целесообразно проводить такие виды контроля, как: *оперативный, предупредительный, тематический*. Например, организация закаливающих мероприятий в ДОУ, носящих медицинский и педагогический характер.

В нашем детском саду медико-педагогический контроль строится на основе утвержденного плана и циклограммы контроля на летний оздоровительный период.

В плане медико-педагогического контроля отражаются такие разделы как:

- объект контроля;
- содержание контроля;
- периодичность;
- ответственный;
- форма отчетности;

В циклограмме контроля мы фиксируем: вид, сроки, условные обозначения (ответственные, выход информации, то есть где результаты контроля будут рассмотрены).

Нельзя ставить целью контроля сбор негативной информации. Если контроль проводится постоянно и плавно, то он воспринимается как норма. Но не всегда контроль приносит ожидаемые результаты. Как мы поступаем, если вскрылись недостатки в работе? В таких случаях мы проводим беседы с сотрудником, выясняем причину ошибок, предлагаем методическую помощь, проводим индивидуальные консультации, повторный контроль. На еженедельных оперативных совещаниях мы обсуждаем достижения и недостатки в своей работе. Это мы проводим, прежде всего, для того, чтобы наши дети на протяжении всего пребывания в детском саду чувствовали себя комфортно.

Психолого – педагогическое сопровождение оздоровительного процесса с детьми в летний период

Особое место в работе детского сада занимает летний период, который рассматривается как один из важнейших этапов оздоровления детей в течение года.

Лето – благоприятное время для решения многих задач в работе с дошкольниками. По мнению отечественных и зарубежных исследователей для детей в воспитании важна та деятельность, которая доставляет ребенку радость, оказывая положительное нравственное влияние, гармонично развивает умственные и физические способности ребенка. Растущий и развивающийся организм ребенка очень чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды.

Поэтому летний период является максимально эффективным для проведения как оздоровительной, так и воспитательно-развивающей работы с дошкольниками. Необходимо как можно полнее использовать условия летнего периода в разных видах деятельности, которые позволяют детям закреплять и применять знания, полученные в течение учебного года.

Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть оздоровительной и успех этой работы определяется, прежде всего, тем, насколько своевременно подготовился к ней коллектив детского сада.

В летний период, также как и в течение года, с детьми работают весь коллектив детского сада: администрация, медицинский персонал, педагог – психолог, педагоги.

Психолого – педагогическое сопровождение оздоровительного процесса с детьми в летний период состоит из двух основных направлений работы педагогов ДООУ - это сопровождение детей в период их адаптации к детскому саду и образовательно – развивающая деятельность. Направления работы тесно взаимосвязаны между собой, но имеют свои цели и задачи.

Целью **адаптационного направления** является снижение адаптационного стресса у детей, создание адаптивной среды, соответствующей особенностям и потребностям развития детей. Для снижения адаптационного стресса педагог – психолог заранее проводит просветительскую работу с педагогами в виде консультаций и, если возникает необходимость, проводит мастер – классы, на которых педагоги приобретают знания и умения работы с детьми в адаптационный период, используя природные средства – песок, воду, глину и т.д.

Для создания адаптивной среды - необходимы:

- индивидуальный подход к ребенку,
- гибкий режим
- учет и использование в период адаптации привычек и стереотипов поведения ребенка
- создание условий для общения со знакомыми вещами и игрушками
- побуждение ребенка к общению со сверстниками
- игры с взрослыми
- игры – упражнения
- игры – инсценировки
- развлечения

Образовательно – развивающая деятельность в летний период осуществляется с целью укрепления физического и психического здоровья детей, что способствует формированию умений и навыков ребенка и обеспечивает полноценное развитие детей с учетом их индивидуальных психофизиологических особенностей.

Для достижения этих целей педагог – психолог использует сам и рекомендует педагогам ДОУ разные формы работы: психогимнастику, релаксационные упражнения, игры, включая игры с песком, водой и глиной; музыку и цветовосприятие.

Практика показывает, что не во всех детских садах есть психолог, или если есть, то летом он находится в отпуске, как полноценно провести психолого – педагогическое сопровождение оздоровительного процесса с детьми в летний период? Остановимся на психолого – педагогическом взаимодействии. Педагог – психолог работает со всеми участниками образовательно – воспитательного процесса: дети, педагоги, родители.

С **детьми** педагог – психолог проводит следующие виды деятельности:

- *диагностическую* - это первичная диагностика развития ребенка при приеме его в детский сад: диагностика уровня адаптированности детей, диагностика детей по запросам родителей.

- *образовательно - развивающую деятельность*, направленную на развитие у детей

- способности справляться с трудностями, адекватно вести себя в сложных и незнакомых ситуациях;

- самооценки, чувства уверенности в себе и доверия к окружающим;

- различных форм проявления эмоций, соответствующих ситуации и испытываемым чувствам;

- навыков общения и адаптивного поведения.

(Список тем для консультаций с педагогами в адаптационный период см. Приложение № 1-7).

Следующая категория, с которой работает педагог – психолог - это **педагоги**. Подготовка к летнему оздоровительному сезону включает обеспечение всего педагогического коллектива необходимыми методическими материалами. Педагог – психолог заранее знакомит педагогический коллектив с теоретическим материалом на семинарах и консультациях. По необходимости можно провести мастер – класс по приобретению практических навыков, позволяющих интересно и эффективно организовать жизнь детей в летний период. Для разнообразия методов работы с детьми, предлагает подборку игр с песком и водой, релаксационные упражнения, что позволит сделать игры интересными и познавательными, эти игры педагоги смогут использовать в течение всего лета. (Темы консультаций и памяток для педагогов см. Приложение № 8-13)

Цель работы психолога с **родителями** состоит в формировании у них доверия к общественной системе воспитания, осознания необходимости социализации ребенка в среде незнакомых взрослых и сверстников, помочь родителям заметить разницу в семейном и общественном воспитании и учесть это при воспитании своего ребенка.

Для достижения этих целей педагог – психолог применяет различные формы работы:

- проводит анкетирование;
- диагностику;
- консультации;
- родительские собрания;
- разрабатывает памятки для родителей по различным вопросам воспитания детей;
- тренинги.

(Темы консультаций для педагогов с родителями см. Приложение № 14-16).

При работе **педагога с детьми** важно всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия летнего времени и добиваться, чтобы ребенок окреп, поправился и закалился, научился понимать и любить удивительный, прекрасный мир растений и животных. Летом природа представляет большие возможности для развития познавательных способностей дошкольников. Постоянное пребывание детей на свежем воздухе, многообразие

форм, красок и звуков в природе, множество разных переживаний и новых впечатлений, раздолье для движений в природных условиях – все это дает ребенку значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета. Педагоги тоже работают с двумя категориями участников воспитательного процесса с детьми и родителями. Обе категории требуют к себе большого внимания, такта, находчивости и теплоты, поэтому педагоги используют множество методов и форм в своей работе. Одной из форм обеспечения психологического здоровья детей является «Утро радостных встреч».

Утро радостных встреч - прекрасная возможность для того, что бы подтвердить, что – все дети имеют способности! Иногда талант очевиден, например, ребенок может иметь чудесный голос и хорошее чувство ритма, чаще талант менее заметен, однако он точно есть! Например, некоторые дети удивительно чутки к трудностям других людей. У кого-то прекрасно развито воображение, помогающее им придумывать замечательные игры. У иных милый, добродушный характер. Другие — хорошие организаторы. И таких примеров множество....

В летнее время педагог имеет уникальную возможность определить эти способности, помочь развиться им, приобрести уверенность детям в своих силах, наладить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Всегда, где и когда это возможно, педагогам нужно предоставлять детям право выбирать и планировать свои дела и действия, самостоятельно решать, как и с чего начать работу, что будет её результатом и как он использует это результат. А в летний период делать это обязательно! Утро радостных встреч наиболее доступным образом решает многие проблемы.

Основная цель работы с детьми в летний период состоит в сохранении и поддержании физического и психического здоровья, содействии эмоциональному благополучию детей, поэтому мы хотим поделиться с вами подобранной информацией, как для начинающего психолога, так и опытного, которая поможет достичь этой цели.

Диагностика уровня адаптированности ребенка к ДООУ

Фамилия, имя ребка	Психологические критерии адаптивности ребенка к дошкольному учреждению														
	Общий эмоциональный фон поведения			Наблюдение за ребенком									Реакция на изменение привычной ситуации		
				Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми					
	а	б	в	а	б	в	а	б	в	а	б	в	а	б	в
Быллы	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1

Условные обозначения.

Общий эмоциональный фон поведения:

- а) положительный;
- б) неустойчивый;
- в) отрицательный.

Познавательная и игровая деятельность:

- а) активен;
- б) активен при поддержке взрослого;
- в) пассивен или реакция протеста.

Взаимоотношения со взрослыми:

- а) инициативен;
- б) принимает инициативу взрослого;
- в) уход от взаимоотношений, реакция протеста.

Взаимоотношения с детьми:

- а) инициативен;
- б) вступает в контакт при поддержке взрослого;
- в) пассивен или реакция протеста.

Реакция на изменение привычной ситуации:

- а) принятие;
- б) тревожность;
- в) непринятие.

Ключ к диагностике адаптированности ребенка к ДООУ.

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями:

2,6-3 балла - высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

1,6-2,5 балла - средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1-1,5 баллов - низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

Приложение 2

Признаки психоэмоционального напряжения
(памятка для воспитателей)

1. Трудности засыпания и беспокойный сон.
2. Усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребёнка не утомляла
3. Беспричинная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность.
4. Рассеянность, невнимательность.
5. Беспокойство, непоседливость.
6. Отсутствие уверенности в себе, которое выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жмется к ним.
7. Проявление упрямства.
8. Постоянно сосет палец, жуёт что-нибудь, слишком жадно, без разбора, ест, заглатывая приётом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита).
9. Боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой комнате, не находя себе занятия).
10. Игра с половыми органами.
11. Подергивание плечами, качание головой, дрожание рук.
12. Снижение массы тела или, напротив, появление симптомов ожирения.
- 1.3. Повышенная тревожность.
14. Дневное и ночное недержание мочи, которого ранее не наблюдалось.

Все вышеперечисленные признаки могут говорить о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения только в том случае, если они не наблюдались ранее.

Источник: Соколовская Н.В. Адаптация ребёнка к условиям детского сада. Волгоград, Издательство «Учитель» 2008

Приложение 3

Внешние и внутренние источники угрозы психологической безопасности ребенка
(консультация для воспитателей)

Внешние источники угрозы психологической безопасности ребенка:

1. Манипулирование детьми.
2. Индивидуально-личностные особенности персонала.
3. Межличностные отношения детей в группе.
4. Враждебность окружающей среды.
5. Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений, отсутствие режима проветривания.
6. Интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки.
7. Нерациональное и скудное питание, его однообразие и плохая организация.
8. Неправильная организация общения.
9. Недооценка значения закаливания, сокращение длительности пребывания ребенка на свежем воздухе.
10. Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском коллективе.
11. Неблагоприятные погодные условия.
12. Невнимание к ребенку со стороны родителей, асоциальная семейная микросреда.

Внутренние источники угрозы психологической безопасности ребенка:

1. Привычки негативного поведения в результате неправильного воспитания в семье.
2. Осознание ребенком своей неуспешности на фоне других детей.
3. Отсутствие автономности.
4. Индивидуально-личностные особенности ребенка.

5. Патология физического развития.

Общим источником угроз психологической безопасности ребенка является информация, которая неадекватно отражает окружающий его мир, то есть вводит в заблуждение, в мир иллюзий.

Проще говоря, когда взрослые обманывают ребенка. И это может привести к психологическому срыву. Например, убеждают, что мама скоро придет, и малыш находится в состоянии напряженного ожидания.

Источник: Соколовская Н.В. Адаптация ребёнка к условиям детского сада. Волгоград, Издательство «Учитель» 2008

Приложение 4

«Акваметод» - эффективный способ снижения адаптационного стресса у детей

Вода – основа всего живого на Земле. Она является главной составляющей оболочкой земного шара- океанов, морей, рек, озёр. Она относится к числу важнейших «геологических деталей» и, что особенно важно, является неперенным элементом всех организмов растительного и животного мира. Невозможно переоценить физиологическое и гигиеническое значение воды. Её роль в нормальном течении сложнейших физиологических процессов в человеческом организме, в создании людям наиболее благоприятных условий жизни. Во многих религиях мира вода считается священной. Особое значение предаётся воде в христианстве: водой очищают, водой крестят, водой лечат, водой защищают от нечести, злого, скверного. Наш профессиональный и жизненный опыт подсказывает, что вода благотворнейшим образом влияет на детский организм и в частности на его психику. Игры с водой давно вошли в практику детских садов. Но в период адаптации, когда малыши предельно напряжены, они приобретают особую важность. И не надо бояться, что ребенок намочит одежду, это можно предусмотреть, в конце концов, переоденьте его. Дайте малышу пластмассовые бутылочки с водой, баночки и пусть он переливает воду. Это очень успокаивает. Для игр с водой можно организовать такой уголок прямо в группе, рядом с природным уголком. Ведь таким образом сама Природа становится нашим помощником. С помощью родителей мы приобрели игрушки – забавы для игр с водой, полезные предметы для проведения игр и опытов. Вода как что - то живое, завораживает малышей, помогает увлечь и успокоить. Она принимает на себя целый поток отрицательной энергии, очищает и увлажняет воздух в группе. Каждый ребенок по-своему переносит трудности, связанные с поступлением в дошкольное учреждение. Чем младше ребенок, тем труднее он привыкает к новой обстановке. Многие зависят от особенностей его нервной системы. Малыши не владеют еще речью настолько, чтобы выразить четко свои чувства и эмоции. Не выраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, потому что никаких внешних причин для того проявления эмоций нет. Ребенок капризничает, временно нарушается сон, пропадает аппетит, – все это проходит через две-три недели, а порой затягивается и месяцами, но каждый воспитатель стремится сократить сроки адаптации до минимума.

Для этого необходимо создать эмоционально благоприятную атмосферу в группе, в которой бы ребёнок чувствовал себя комфортно и защищено, где мог бы проявлять творческую активность. Строя свою работу с детьми раннего возраста, педагоги используют различные методы и приемы, согласно специально разработанному перспективному плану на время адаптации. Хотим предложить для применения в этот период и метод «акваметода».

Игры и упражнения акваметода

Цель игры: Создание радостного настроения, снятие психоэмоционального и физического напряжения, разнообразие детских игр, что способствует заинтересованности жизнью в ДОУ.

«Веселые кораблики»- дети запускают в воду (минибассейн) разные предметы- лодочки, щепочки, кораблики; наблюдают за ними, делают «волны», «ветер», отправляют в плавание мелкие игрушки.

«Нырки»- дети погружают в таз или ванночку мелкие мячи, резиновые надувные игрушки, шарики от пинг-понга, разжимают пальцы - и игрушки выпрыгивают из воды.

«Ловкие пальчики»– дети мочат в воде поролоновые губки разного цвета и формы и отжимают их, переливают воду из одной ёмкости в другую.

«Бульбочки»– дети булькают воздухом из резиновых игрушек и наблюдают за пузырьками воздуха, булькают разными бутылочками, погружая их в воду и наполняя водой, наблюдают, в каких случаях получается больше «бульбочек».

«Тонет - не тонет»– дети экспериментируют с различными предметами. Бросая их в воду, отмечают, что плавают, а что тонет.

«Морские сокровища»– дети достают со дна ёмкости («моря») «сокровища»– камешки, ракушки, крупные блестящие пуговицы и разные необычные мелкие предметы. Усложнение – достать с помощью совочка, ложечки, ситечка.

«Веселые зверушки» - игры с механическими водными игрушками, наблюдение за траекторией движения.

Игра «достань ракушку» («Достань камешек»)

Цель: развитие внимания, координация движений.

Содержание: на дно ёмкости с водой взрослый выкладывает несколько камешков, ракушек. Затем предлагает ребенку достать «клад». Для этого он выбирает очень красивый камень или ракушку, разглядывает их вместе с малышом. Затем камешек или ракушка опускается на дно (глубина не больше 15-20 см), и ребенок должен попытаться достать его, отыскав нужный предмет среди других камней и ракушек. Водный слой обычно затрудняет процесс доставания, поэтому взрослый может помочь малышу. Такое занятие можно рекомендовать родителям для игр с ребенком на берегу реки, моря.

Игра «поймай льдинку»

Цель: развитие координации движений, знакомство со свойствами воды.

Содержание: воспитатель опускает в ёмкость с водой 5-10 небольших льдинок и говорит ребенку: «Смотри, смотри, что происходит. Льдинки были большими, а становятся маленькими. Давай их спасать!»

Малыш сачком или черпаком достает из воды льдинки покрупнее и складывает их в отдельную посуду. После того как все льдинки будут извлечены, воспитатель спрашивает: «Куда делись остальные льдинки? Что с ними стало?– Они растаяли, превратились в воду».

Игра «Тёплый – холодный»

Цель: закрепление понятий «тёплый», «холодный».

Материал: игрушки двух видов, по 2-3 штуки каждого, желательно резиновые или пластмассовые (например: утята и рыбки, пингвины и крокодилы, кораблики и дельфины, небольшие мячики – красные и синие, красные и жёлтые, зелёные и белые и т. п.).

Содержание: воспитатель наполняет одну ёмкость тёплой водой, другую – холодной. Говорит ребёнку: «Утята любят купаться в холодной воде, а рыбки - в тёплой. Давай их «покупаем». Малыш опускает утят в ёмкость с прохладной водой, а рыбок – в ёмкость с тёплой водой.

Игра «Что как плавает»

Цель: знакомство детей со свойствами различных материалов.

Материал: для игры – экспериментирования нужен набор предметов из разных материалов (пластмассовый кораблик, резиновая уточка, металлическая ложка, камешек, бумажная лодочка, скорлупка грецкого ореха, лоскуток ткани, деревянная палочка и т.д.).

Содержание: воспитатель предлагает ребёнку опустить все предметы в воду: « Какой красивый кораблик! Готов отправиться в плавание. Опустим его в воду, пусть плывёт. Как много у нас других предметов! Они тоже хотят плавать. Давай их отправим в плавание». Во время игры взрослый обязательно просит малыша назвать предметы и помогает комментировать действия.

Игра «капитаны»

Цель: активизация мышц губ, формирование умения чередовать длительный, плавный и сильный выдох.

Содержание: воспитатель наполняет ёмкость водой, пускает в неё бумажный кораблик. Ребенок садится на стульчик рядом. Взрослый предлагает малышу прокатиться на кораблике от одного берега к другому. Показывает, что берега обозначены полосами разного цвета. Объясняет, что, для того чтобы кораблик двигался, нужно дуть на него. Можно дуть, просто вытягивая губы трубочкой, но, не надувая щеки. Показывает, как это

можно сделать. Обращает внимание ребенка на звук, который при этом получается: «Ф». Малыш повторяет.

«Но вот налетел ветер, он дует не ровно. Вот так!» - взрослый дует на кораблик отрывисто, неровно: «П - П - П». Обращает внимание малыша на то, какой звук слышится теперь – «П». Предлагает подуть так же и пригнать кораблик к другому берегу. Игра повторяется несколько раз. Воспитатель следит за тем, чтобы ребенок не надувал щеки, не дул очень сильно.

Во время игр педагог обязательно должен похвалить малыша за правильное выполнение задания, поддержать или помочь, ни в коем случае не укорять ребенка за то, что он пролил воду, рассыпал песок, намочил одежду. Игры с песком и водой должны приносить детям радость.

Приложение 5

«Песочная игра» -эффективный способ снижения адаптационного стресса у детей

Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице. Перенос традиционных педагогических занятий в песочницу дает больший воспитательный и образовательный эффект, нежели стандартные формы обучения. Отмечается, что игры с песком более устойчивы и целенаправленны, чем другие виды игр. Именно по этому естественно использовать песок, проводя коррекционные, развивающие и обучающие занятия.

Во-первых, существенно усиливается желание ребенка узнавать что-то новое, экспериментировать и работать самостоятельно. Во-вторых, в песочнице мощно развивается тактильная чувствительность как основа «ручного интеллекта». В-третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление), а также речь и моторика. Формирование из песка можно считать началом конструирования. В-четвертых, совершенствуется предметно-игровая деятельность, что в дальнейшем способствует развитию сюжетно-ролевой игры и коммуникативных навыков ребенка. В-пятых, песок, как и вода, является прекрасным психо-профилактическим средством. Способен «заземлять» отрицательную энергию, стабилизировать эмоциональное состояние, что особенно актуально в работе с «особыми» детьми.

Идея «терапии песком» была предложена еще швейцарским психологом и философом Карл Густав Юнгом, основателем аналитической терапии. Наблюдая за играми детей, мы видим, как положительно влияет песок на их эмоциональное самочувствие, являясь прекрасным средством для развития и самореализации ребенка. Песок можно пересыпать из ладошки в ладошку, из совка в формочку, в него можно закапывать различные предметы и откапывать их, строить горки, дорожки и т.д. а потом разрушать и снова строить. Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении.

Все игры с песком условно можно разделить по трем направлениям:

- *обучающие* (облегчают процесс обучения);
- *познавательные* (с их помощью познается многогранность нашего мира);
- *проективные* (через них осуществляется психологическая диагностика, коррекция и развитие ребенка).

На этапе адаптации мы используем *обучающие* игры, направленные на развитие тактильной – кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Эти несложные упражнения способствуют стабилизации эмоционального состояния, что в высшей степени важно в первые дни пребывания ребенка в ДОУ. Ценность этих упражнений в том, что наряду с развитием тактильно – кинестетической чувствительности и мелкой моторики мы учим ребёнка говорить о своих ощущениях, развиваем речь, произвольное внимание и память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

Роль адаптационных игр и занятий в песке. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком и водой. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка и воды, ребенок освобождается от напряжения. В

период адаптации главным является их успокаивающее, умиротворяющее и расслабляющее действие. Игра в песок, особенно для малышей является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии. Воспитатели младших групп могут использовать игры с песком в качестве психопрофилактического средства в период адаптации детей к жизни в детском саду. Взрослый через игру с ребенком в песочнице может ненавязчиво сообщить ему нормы и правила поведения в группе. Воспитатель естественным путем может осуществить психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка и обучить его социально приемлемым способам нервной разрядки. В свою очередь, для малыша, еще слабо владеющего речью, песочница становится своеобразным театром одного актера, сценой для его внутреннего Я. Через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие задачи:

1. Развитие коммуникативных навыков, т.е. умение правильно общаться. Песочница прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. Если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным. В песочнице быстрее устанавливаются доверительные отношения между воспитателем и ребенком. Для ребенка роль воспитателя становится понятной, предсказуемой и значимой, что укрепляет его базисное доверие к миру. Педагоги получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент.
2. В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения как ребенка, так и воспитателя, тоже испытывающего в этот период нервные перегрузки. Это ведет к сокращению сроков психофизической адаптации.
3. В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.
4. В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.
5. Воспитатель становится для ребенка проводником в освоении умений, навыков и знаний об окружающем мире и самом себе в этом мире. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо!

Что нужно для игры в песок.

Что нужно для игры в песок?

А нужно, в сущности, так мало:

Любовь, желание, доброта,

Чтоб вера в детство не пропала.

Простейший ящик из стола

Покрасим голубою краской,

Горсть золотистого песка

Туда вольётся дивной сказкой

Игрушек маленький набор

Возьмём в игру... Подобно Богу,

Мы создадим свой Мир чудес,

Пройдя Познания дорогу.

(Т. Грабенко)

Условия работы с детьми

1. Согласие и желание ребенка.
2. Специальная подготовка воспитателя, его творческий подход к проведению занятий.
3. У детей не должно быть аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках.

Оборудование «педагогической песочницы»

1. Для игр с песком прежде всего необходима «песочница» -это водонепроницаемый деревянный ящик или пластиковый таз любой формы, но для коррекционных занятий предпочтение отдаётся квадратной или круглой: эта форма на подсознательном уровне улучшает процессы интеграции личности, дно и борта которых должны быть голубого/синего цвета (дно символизирует воду, а борта — небо). Высота бортов не менее 10 см. Размеры большой песочницы для подгрупповых занятий — 90х70 см, песок в ней можно разделить на две части: сухой и мокрый. Для индивидуальных занятий можно использовать несколько пластиковых прямоугольных тазов. Желательно, чтобы у

песочниц были съемные крышки, она должна располагаться так, чтобы легко было проводить уборку и чтобы дети могли подходить к ней со всех четырех сторон.

2. Песок должен быть желтого или светло-коричневого цвета, сертифицированный (такой песок привозят в детские сады в песочницы), песчинки должны быть среднего размера. Песком заполняется 1/3 ящика. Перед использованием песок должен быть просеян, промыт и обеззаражен — его нужно прокалить в духовке или прокварцевать. Кварцевать песок необходимо не реже одного раза в неделю с обязательным указанием последней даты кварцевания на бирке (на внешней стенке песочницы). Мокрый песок по окончании занятия необходимо подсушить, поверхность сухого песка выровнять и сбрызнуть водой. Песочница является привлекательной средой для осуществления сказкотерапевтического подхода, поэтому мы собрали набор мелких предметов.

Набор игрового материала (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями):

- лопатки, широкие кисточки, сита, воронки;
- разнообразные пластиковые формочки разной величины — геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста;
- миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр. (игрушки из «киндер-сюрпризов» для занятий в младших группах не использовать);
- набор игрушечной посуды
- различные здания и постройки;
- бросовый материал: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля.
- человеческие персонажи и сказочные герои, животные, растения, машины, геометрические фигуры — словом, все, что встречается в окружающем мире.

Общие рекомендации по подготовке и проведению адаптационных игр-занятий:

1. Игры в песочнице проводятся с подгруппой детей, особое внимание при этом взрослый уделяет вновь прибывшему ребенку. Желательно, чтобы в данной подгруппе были дети, уже адаптированные к жизни в детском саду, так как много игр новичок будет выполнять по подражанию или из любопытства.

2. При проведении первых адаптационных игр-занятий не обязательно придерживаться жесткой структуры занятия, возможно продление по времени игры в песке, если это хорошо стабилизирует психофизическое состояние ребенка.

3. Взрослый должен внимательно следить за реакцией ребенка при работе с песком. В случае появления негативного отношения или усталости занятие ненавязчиво завершается.

4. Взрослый вначале показывает способы действия, а затем ребенок «рука в руке» или самостоятельно повторяет их. Не стоит настаивать на четком выполнении инструкции, взрослый должен на первых порах подстраиваться под ребенка.

5. Для начала и окончания игр-занятий вырабатывается особый ритуал приветствия и прощания (это может быть определенная музыка или звук, песочные часы и пр.)

На первых двух-трех занятиях ребенку не показывают весь набор игрушек, он должен освоить достаточно широкий спектр простых манипуляций с песком с помощью рук, лопатки, кисточки.

Желательно, чтобы ребенок принес из дома одну из своих любимых игрушек (высотой не более 10–15 см, она должна хорошо обрабатываться), но ребенок может и выбрать игрушку из предложенных взрослым. Она становится посредником для ребенка в играх с песком.

Условия организации игр-занятий с песком

1. У детей не должно быть порезов на руках, кожных заболеваний.

2. Дети для работы должны иметь клеенчатые передники.

3. Вода, которой увлажняется песок, должна быть теплой. С каждым занятием температуру воды можно постепенно снижать (таким образом происходит дополнительное закаливание детей).

4. Рядом с песочницей должен находиться источник чистой воды и салфетки.

Правила поведения в песочнице

- Нельзя намеренно выбрасывать песок из песочницы.
- Нельзя бросать песок в других или брать его в рот.

- После игры надо помочь Песочной фее убрать все игрушки на свои места.
- После игры в песке надо помыть ручки.

Перечень совместных игр и упражнений с песком

Игра «Найди шарик»

Цель: знакомство с качествами предметов – размером, формой.

Содержание: воспитатель закапывает в песок небольшой шарик и просит ребёнка найти его. Сначала можно закапывать шарик на глазах у малыша, потом так, чтобы он не мог видеть действия взрослого.

Постепенно усложняя задачу, воспитатель закапывает два предмета, например шарик и кубик, а затем просит найти кубик. Можно закапывать предметы одной формы, но разной величины.

Игра «Печём печенье»

Цель: знакомство со свойствами песка, развитие моторики и координации движений.

Содержание: в одной емкости находится сухой песок, в другой – влажный. Воспитатель показывает малышу красивые формочки разного фасона и предлагает испечь печенье. Ребёнок пробует выполнить действия как с сухим песком, так и с влажным. Постепенно в результате игр с сухим и влажным песком, он понимает, что из сухого песка ничего нельзя построить, а из влажного и мокрого – можно. При необходимости воспитатель оказывает помощь малышу или руководит его действиями словесно. Отпечатки наших рук. Поверхность песка ровная; песок влажный. Ребёнок вместе с воспитателем по очереди делают отпечатки кистей рук – то внутренней, то внешней стороной. Необходимо слегка вдавить руку в песок, прислушаться к своим ощущениям. (Песок прохладный, тёплый, сухой, мокрый; когда двигаем руками по песку, ощущаем маленькие песчинки...). Пройтись поочерёдно каждым пальчиком правой и левой руки (потом двумя руками одновременно). Отпечатки кулачков, костяшек пальцев (найти сходство со знакомым предметом – цветок, солнышко, ёжик).

Скользить ладонями по поверхности песка (зигзагообразные и круговые движения – как машина едет, ползает змея, карусель); то же, поставив ладонь ребром. «Поиграть» пальцами по поверхности песка, как на пианино (движения мягкие «вверх – вниз» – движется вся кисть). Оставлять следы одновременно двумя пальцами, пятью пальцами (вместе пофантазировать: чьи это следы?)

Ценность этих упражнений в том, что наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторике мы учим ребенка, говорить о своих ощущениях, развиваем речь, произвольное внимание и память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

Приложение 6

Игры и упражнения для детей раннего возраста в адаптационный период (консультация для педагогов)

Игры, направленные на сближение детей друг с другом и воспитателем

1. Давай познакомимся!

Дети с воспитателем становятся в круг. Ведущий держит в руках мяч (лучше надувной, так как он легкий и яркий, красочный, что, безусловно, привлекает малышей). Ребенок ловит мяч, называет свое имя и бросает мяч следующему участнику игры и т. д.

2. Раздувайся, пузырь!

Воспитатель предлагает всем детям сесть на стулья, расположенные полукругом, и спрашивает одного из них: «Как тебя зовут? Скажи громко, чтобы все слышали!» Ребенок называет свое имя. Взрослый ласково повторяет его, берет ребенка за руку, подходит вместе с ним к следующему ребенку и спрашивает, как его зовут. Повторяя имя ребенка ласково, но громко, предлагает и ему присоединиться и дать руку. Так по очереди за руки берутся все дети. Сначала лучше подходить к тем воспитанникам, которые выражают желание включиться в игру, а скованных, заторможенных детей

целесообразнее приглашать последними. Если кто-нибудь все же отказывается играть, не стоит настаивать на этом. Постепенно, наблюдая за игрой, они захотят быть в коллективе. Дети образуют длинную цепочку. Воспитатель берет за руку ребенка, стоящего последним, и замыкает круг. «Посмотрите, как нас много! Какой большой круг получился, как пузырь! - говорит взрослый. - А теперь давайте сделаем маленький кружок».

Вместе с воспитателем дети становятся тесным кружком и начинают «раздувать пузырь»: наклонив головы вниз, дуют в кулачки, как в дудочку. При этом они выпрямляются и набирают воздух, а затем снова наклоняются, выдувают воздух и произносят звук «ф-ф-ф-ф-ф». Эти действия повторяют два-три раза. При каждом раздувании все делают шаг назад, будто пузырь немного увеличился. Затем все берутся за руки и постепенно расширяют круг, двигаясь и произнося следующие слова:

Раздувайся, пузырь,
Оставайся такой,
Раздувайся большой,
Да не лопайся!!!

Получается большой растянутый круг. Воспитатель входит в него, дотягивается до каждой пары соединенных рук, затем неожиданно останавливается и говорит: «Лопнул пузырь!» Все хлопают в ладоши, произносят слово «Хлоп!» и сбегаются к центру. После этого игра повторяется. Закончить ее можно так: когда «пузырь лопнет», воспитатель говорит: «Полетели маленькие пузырьки, полетели, полетели, полетели...» Дети разбегаются в разные стороны.

3. Лови-лови!

К палочке длиной 0,5 или 0,75 м на шнурке прикрепляется легкий и удобный для хватания предмет - мягкий поролоновый мячик, лоскуток, мешочек и т. д. Перед началом игры воспитатель показывает эту палочку. Опуская и поднимая ее, он предлагает детям встать в кружок, а сам же становится в центр. «Лови-лови!» - говорит воспитатель и приближает подвешенный к палке мячик то к одному, то к другому ребенку. Когда тот пытается поймать мячик, палка чуть приподнимается и ребенок подпрыгивает, чтобы схватить его. Поворачиваясь в разные стороны, воспитатель старается вовлечь в эту забаву всех детей. Допустимо, чтобы предмет одновременно ловили несколько ребят. Поиграв немного таким образом, можно слегка изменить правила. Так, дети по очереди ловят мячик, пробегая друг за другом мимо палки. Тот, кто достигнет цели, становится позади воспитателя, обхватив его руками. Постепенно образуется цепочка детей, успешно справившихся с заданием. Делая несколько шагов по комнате, цепочка по сигналу «беги на место!» рассыпается. Дети садятся на свои места, потом снова выстраиваются друг за другом, и можно начинать игру сначала.

4. Чей голосок?

Дети садятся полукругом, ведущий - спиной к играющим. Кто-нибудь из детей окликает по имени ведущего, который, не оборачиваясь, должен назвать того, чей голос он услышал. Сначала дети окликают ведущего своим обычным голосом; со временем, когда они хорошо узнают друг друга, можно специально изменять интонацию, высоту голоса.

5. Расскажи стихи руками.

В эту игру можно играть бесконечно: ведь стихов, которые можно «проиграть», «рассказать руками» (почему только руками? Всем телом!), - великое множество. Эта игра позволяет детям раскрепоститься, почувствовать себя уверенными, способствует налаживанию отношений с воспитателем, основанных на доверии. Воспитатель читает стихотворение, затем, читая его еще раз, выполняет определенные движения, потом еще раз читает стихотворение и показывает его вместе с детьми. Когда они поймут принцип игры, то сами начнут выдумывать движения - это необходимо поощрять.

ЗАЙКА

Зайка-зайка, (Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку.)

Маленький зайка, (Садятся на корточки, показывают рукой вершок от пола.)

Длинные ушки, (Дети приставляют ладошки к голове - «ушки».)

Быстрые ножки. (Побежали.)

Зайка-зайка, (Движения повторяются.)

Маленький зайка, (Дети обхватывают себя руками, изображая страх.)

Деток боишься,
Зайка-трусишка. (Дрожат.)

МИШКА

Мишка, мишка косолапый, (Приподнять плечи, руки округлить,
Мишка по лесу идет, (носки ног внутрь, идти переваливаясь.)
Мишка хочет сладких ягод, (Погладить себя по животу, облизнуться.)
Да никак их не найдет. (Оглянуться по сторонам, пожать плечами.)
Вдруг увидел много ягод (Показать указательным пальцем, на лице - восторг.)
И тихонько зарычал. (Двумя руками «собирать» ягоды в рот.)
Подошли к мишутке детки, (Помаршировать.)
Мишка громко зарыдал. (Кулачками потереть глаза, изобразить плач.)

Игры, направленные на освоение окружающей среды и знакомство с персоналом детского сада и другими воспитанниками

Начинать надо, с группы. Показав детям все уголки группы, рассказав об их назначении, правилах поведения в различных помещениях группы, можно и поиграть.

1. Найди игрушку.

Ведущий (сначала воспитатель, потом кто-то из детей) прячет небольшую игрушку в группе, в одном из ее помещений, и предлагает остальным найти ее. Сначала говорится: «Игрушка лежит на подоконнике в раздевалке»; затем: «Игрушка лежит в спальняй комнате, под подушкой на Надиной кровати».

После того как игрушка найдена, надо сказать, что она там делала (собиралась на прогулку, спала и т. д.). Можно загадывать местоположение игрушки через функцию помещения («там моют посуду»), через действия («лежит тихо, закрыв глаза») и т. д. Затем можно переходить к более тесному знакомству с детским садом и его персоналом. Начинать лучше с экскурсии по саду (целесообразней организовывать тематические экскурсии на кухню, в медицинский кабинет, в кабинет заведующей и т. д. и знакомиться с людьми, работающими там).

2. Чьи вещи?

Цель игры - закрепить знание имен работников детского сада. Для этого необходимо заготовить атрибуты различных профессий (градусник - медсестра, половник - повар, стиральный порошок - прачка, гармошка - музыкальный работник и т. д.). Воспитатель говорит, что к ним в группу приходили разные люди и каждый из них забыл одну из своих вещей. Просит детей помочь разобраться, кому какая вещь принадлежит. Дети должны назвать не только профессию, но и имя хозяина вещи, например: «Этот градусник оставила Вера Александровна, наша медсестра». Когда все вещи будут «опознаны», можно раздать их детям, которые должны сыграть роли: медсестра измерит детям температуру, прачка стирает кукольную одежду, повар сварит и угостит всех вкусной кашей и т. д.

3. Как пройти?

Цель игры - помочь детям ориентироваться в детском саду, правильно находить то или иное помещение. Как и в предыдущей игре, вариантов может быть множество - это зависит от количества специальных помещений (кабинет логопеда, хореографический зал, изостудия, физиокабинет, кабинет психолога и т. д.) и, конечно, от вашей фантазии. (Ниже приводится примерная схема игры).

Воспитатель: у зайчика Степашки заболели уши. Что ему делать? (Пойти к врачу.) Но Степашка не знает, где находится медицинский кабинет. Надо ему помочь. Сначала дети должны описать путь до кабинета, например: спуститься на первый этаж, свернуть налево, пройти по коридору, первая дверь налево - медицинский кабинет (если дети еще не знакомы с понятиями «налево», «направо», можно ориентироваться на какие-либо предметные признаки: после нарисованного на стене волка повернуть, на двери медицинского кабинета нарисован красный крест и пр.). После этого двум-трем детям предлагается «проводить» Степашку к врачу. Вылеченный Степашка (забинтованные уши) благодарит детей за помощь и передает от врача пожелание не болеть и витамины для всех детей.

Знакомство и дружба с детьми подготовленной к школе группы

Как уже говорилось, для трехлетних малышей все в саду ново и незнакомо. Особенно много незнакомых детей они встречают в коридорах детского сада, на прогулке. Их внимание привлекают дети подготовительной к школе группы. Более того, исследования психологов (Проблемы дошкольной игры: психолого-педагогический аспект / под ред. Н. Н. Поддьякова, Н. Я. Михайленко. - М.: Просвещение, 1987) показывают: обучение игре, ее развитие происходят, как; правило, не через взрослого, а через старших дошкольников. Старшие дети не только помогут воспитателю одеть малышей на прогулку, подготовить раздаточный материал к занятию, но и научат их разным играм, позаботятся о них на прогулке. Все начинается с того, что в гости к малышам приходят старшие дети, знакомятся с ними, обучают их новой увлекательной игре, играют все вместе. Через некоторое время малыши наносят «ответный визит», и теперь уже они обучают старших своей любимой игре. Так завязываются дружеские отношения: шестилетки помогают малышам в разных жизненных ситуациях, вместе играют, гуляют и т. д. Приходят друг к другу на праздники (старшие могут подарить малышам поделки, изготовленные своими руками, а малыши - спеть песенку). Эта дружба продолжается целый год, в конце которого малыши провожают «взрослых» детей в школу.

Игры и упражнения для детей раннего возраста в адаптационный период (рекомендации воспитателям)

Игры с песком: «Капли на песке», «Отыщи шарик», «Что в кулачке?», «Кулачок на кулачок».

Звучащие игры: «Шуршалки», «Звенелки», «Стучалки», «Телефон».

Игры с солнечным зайчиком.

Игры с игрушкой (куклой, мишкой): «Покружимся с мишкой», «Покормим куклу кашей», «Уложим мишку спать».

Игры с бумагой и карандашами: «Обведи ручку», «Укрась «руку» браслетом, часами, колечками», «Веселое солнышко».

"Топчем дорожки"

Взрослый вместе с малышом шагают по песку, оставляя следы, при этом можно использовать слова такой потешки: "Большие ноги шли по дороге: То-о-п, то-о-п, то-о-п. Маленькие ножки бежали по дорожке: Топ-топ-топ! Топ! Топ-топ-топ! Топ!" Взрослый и ребенок могут изменять эту игру, изображая того, кто может оставлять большие и маленькие следы. Большие следы оставляет косолапый медведь. Маленькие следы оставит после себя маленькая белочка.

"Норки для мышки"

Ребенок вместе со взрослым копает небольшие ямки - норки руками или совочком. Затем мама обыгрывает постройку с помощью игрушки. Например, мама берет игрушечную мышку в руки, имитируя ее писк. Затем ее "мышка-норушка" пробирается в каждую норку и хвалит ребенка за то, что он сделал для нее замечательные домики. Домики можно делать и для других игрушек - зайчиков, лисят, медвежат и пр.

"Я пеку, пеку"

Ребенок "выпекает" из песка разнообразные изделия (булочки, пирожки, тортики). Для этого малыш может использовать разнообразные формочки, насыпая в них песок, утрамбовывая их рукой или совочком. Пирожки можно "выпекать" и руками, перекладывая мокрый песок из одной ладошки в другую. Затем ребенок "угощает" пирожками маму, папу, кукол.

"Угадай на ощупь"

Малыш отворачивается, а вы в это время прячете в песок игрушку. Задача ребенка найти в песку игрушку и отгадать на ощупь, что это. Затем поменяйтесь ролями.

"Заборчики"

Малыш руками лепит заборчики по кругу. За таким забором можно спрятать зайку от злого серого волка. "Волшебные отпечатки на песке" Взрослый и малыш оставляют отпечатки своих рук и ног на мокром песке, а затем дорисовывают их или дополняют камешками, чтобы получились веселые мордочки, рыбки, осьминожки, птички и т. д.

Совместные игры с детьми:

Игра «Обведу карандашом руку твою и тебе подарю», «Телефон - позвони маме».

Обыгрывание ситуации с помощью конструктора и игрушек.

Групповые занятия на стимуляцию обучения, на организацию взаимодействия со сверстниками, познание себя и других:

- техника поочередного напряжения и расслабления основных мышечных групп;
- сюжетная игра «Гуляем в парке, бегаем по лужайке... плаваем в речке, играем с водой, брызгаемся... лежим на песке - загораем»;
- потешки «Сорока-ворона», «Ладушки» (снятие эмоционального напряжения), массаж пальцев;
- танцы под веселую музыку.

«Солнышко и дождик»

В качестве домика используются стол, стул, круг, очерченный мелом, угол комнаты. Водящий говорит: «На небе солнышко, можно идти гулять». Игроки прыгают, танцуют. При словах водящего: «Дождик начинается, скорей домой!» - дети должны разбежаться по своим домикам.

«Уточка»

Взрослый в этой игре принимает роль уточки, а дети - утят, которые ходят за уточкой хвостиком. Уточка зовет утят скороговоркой:

Быстрой, быстрой, утятки,

Быстрой, быстрой, дикие перышки.

Утята выстраиваются друг за другом вслед за уточкой и ходят за ней по комнате, преодолевая различные препятствия - проползая под стулья, перелезая через скамейки и т. д.

«Гуси летят»

Взрослый в этой игре водящий. Он называет различных птиц, которые летают: «утки летят», «гуси летят» и т. д. Дети после этих слов должны поднять руки и помахать «крыльями», если названная птица, действительно, летает.

«Платочек»

Играющие становятся в круг и водят хоровод. По окончании музыки или просто в какой-то момент водящий подбрасывает вверх носовой платок. Задача других игроков - поймать его. Кто первым поймает платок, тот и выиграл!

«Поиски клада»

Спрячьте в комнате какую-нибудь сладость или игрушку. Заинтересуйте ребенка тем, что «клад» очень вкусный или очень приятный для него. Затем обрисуйте место, где надо его искать.

«Как тебя зовут»

Ведущий дает игроку или игрокам имена: Пуговица, Метла и т. д. После этого он задает игроку вопросы, на которые тот должен отвечать одним словом - своим именем.

«Кузовок»

Для этой игры нужно взять корзинку или предмет, заменяющий ее. Играющие должны как бы класть по очереди в корзинку разные предметы. Условие: названия предметов должны начинаться на одну букву. Например, кладем в корзинку предметы на букву «а»: апельсин, арбуз, азбуку и т. д.

«Что это?»

Для детей этой игры понадобится платок, игрушки или различные мелкие предметы. Участники игры по очереди завязывают глаза и на ощупь пытаются определить, что за предмет им дали.

Источник: Соколовская Н.В. Адаптация ребёнка к условиям детского сада. Волгоград, Издательство «Учитель» 2008

Игры для детей раннего возраста различных типов темперамента
(Консультация для педагогов)

Тип темперамента	Название игр
Меланхолик	Игра с лентами под медленную спокойную музыку; конструкторы; настольные игры; игра с большим мячом; игры с водой; экспериментирование с красками. <i>Игра «Мой хороший попугай».</i> Дети стоят в кругу, плотно прижимаясь плечиками друг к другу. Воспитатель бросает кому-либо из них плюшевого попугая (или другую мягкую игрушку). Ребенок, поймав игрушку, должен прижать ее к себе, назвать ласковым именем и передать (перебросить) ее другому ребенку
Сангвиник	Рвать бумагу и играть с ней; хороводы; игры с водой, песком; игры с подушками. <i>Игра «Лягушка».</i> Все дети сидят на маленьких подушечках. Затем они начинают передвигаться на этих подушечках по ковру и приговаривают все вместе: Две лягушечки с утра Съесть хотели комара. Далее воспитатель говорит: Комары все улетели, И лягушки их не съели. Дети встают с подушек и все вместе пляшут, взявшись за руки и припевая: Тара-ра, тара-ра, Веселиться всем пора
Холерик	Игры с кеглями. <i>Игра «Том и Джерри».</i> Один из детей - «кот Том». Все остальные дети - «мышата», «Джерри» и его друзья. «Кот» свернулся калачиком на ковре и спит. «Мышата» пляшут вокруг него (можно, взявшись за руки, можно отдельно друг от друга) и поют: Тили-бом, тили-бом, Не боимся тебя, Том! «Том» внезапно просыпается, вскакивает и пытается поймать «мышат». «Мышата» разбегаются. Если «Том» уже поймал кого-нибудь из них, он запирает мышонка в мышеловке (сажает на стульчик). <i>Игра «Коршун».</i> Воспитатель - «курочка», дети - «цыплята». Они живут вместе с мамой в курятнике. Затем курочка и цыплята гуляют, и как только воспитатель говорит: «Коршун», все дети бегут обратно в домик. В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из «курятника» и погулять, тихонько помахивая руками, как крыльями, потанцевать вместе, попрыгать. <i>Игра «Кенгуру».</i> Дети разбиваются на пары. Один ребенок - «кенгуру» - стоит, второй «кенгуренок» - сначала встает к нему спиной, затем приседает. Дети берутся за руки. Их задача - не расцепляя рук, пройти в таком положении до воспитателя. <i>Игра «Покажи нос».</i> Все играющие стоят напротив воспитателя, который говорит им: Раз, два, три, четыре, пять, Начинаем мы играть. Вы смотрите, не зевайте, И за мной все повторяйте, Что я вам сейчас скажу, И при этом покажу Далее воспитатель называет вслух какую-либо часть лица, тела: Уши-уши - все показывают уши. Глазки-глазки - все показывают глазки.

	Ручки-ручки - все показывают ручки
Флегматик	Игры-эксперименты. <i>Игра-пазлы</i> «Помоги Тане». Воспитатель говорит, что у девочки Тани случилась беда: сломались все игрушки и ей больше не во что играть. Детям показывают несколько заранее подобранных старых игрушек, каждая из которых разделена на две части. Например, шляпка гриба и ножка гриба, две части одной матрешки и др. полученные детали раздают детям - каждому ребенку по одной - и просят их помочь Тане починить ее игрушки. Задача малышей - найти отдельные части игрушки и соединить их

С холериками следует играть в быстрые, подвижные игры. Им рекомендуется заниматься прыжками на батуте, ритмическими танцами. Таких детей нельзя стыдить в присутствии посторонних за их несдержанность и непослушание. Малышей необходимо учить держать себя в руках, на что взрослым самим потребуется немалое терпение и такт.

С ребенком-сангвиником стоит играть в веселые, подвижные игры, можно совместно просматривать диафильмы, сочинять и фантазировать. Сангвиники быстро устают от однообразных занятий, быстро переключаются с одного дела на другое, поэтому в арсенале педагога всегда должен быть набор разноплановых и при этом не скучных игр.

Флегматики могут долго заниматься одним и тем же делом: рассматривать картинки в книжке, лепить, рисовать. Эти дети предпочитают спокойные игры. Чтобы флегматик развивался более гармонично, можно также учить его фантазировать и сочинять.

Меланхолики предпочитают спокойные виды деятельности. Они любят животных, особенно тех, которых можно погладить и приласкать. Грубое обращение с такими детьми просто неприемлемо.

Источник: Соколовская Н.В. Адаптация ребёнка к условиям детского сада. Волгоград, Издательство «Учитель» 2008

Приложение 8

Использование упражнений на релаксацию в работе с детьми

Современные дошкольники порой загружены не меньше взрослых. Посещая детский сад, различные кружки и спортивные секции, они получают большое количество информации, устают физически и эмоционально. Ведь всюду нужно успеть! Такие нагрузки отрицательно сказываются на психическом здоровье детей. Поэтому так важно в работе с дошкольниками использовать упражнения на релаксацию и особенно в летний период. Научные данные доказывают, что для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения.

Когда окружающие с пониманием относятся к ребенку, признают и не нарушают его права, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. Это, в свою очередь, способствует гармоничному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Невнимание или недостаточное внимание к эмоциональной жизни детей, напротив, приводит к негативным последствиям. Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. В процессе развития, воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать свое тело. С этой целью предлагаем использовать специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Их можно рассматривать как часть занятия и как самостоятельную тренировочную систему.

В приложении представлены эти упражнения и конспект летнего занятия в подготовительной группе с включением упражнений на расслабление. Для удобства применения данных упражнений мы классифицировали их по следующим направлениям:

Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании. Упражнения на расслабление мышц лица.

Упражнения на расслабление мышц шеи.

Упражнения на расслабление мышц рук.

Упражнения на расслабление мышц ног.

Упражнения на расслабление всего организма.

Занятие с использованием упражнений на расслабление.

"Мое настроение" (подготовительная группа).

Упражнения на расслабление

Н.В. Котикова

Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании:

"Задуй свечу"

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дуя на свечу, при этом длительно произносить звук "у".

"Ленивая кошечка"

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук "а".

Упражнения на расслабление мышц лица:

"Озорные щечки"

Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы.

"Рот на замочке"

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на "замочек", сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы). Ох как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с). Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставляю.

"Злюка успокоилась"

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил. Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть: «А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь. Челюсть сильно я сжимаю и рычанием всех пугаю (рычать). Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело, Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться, Может, даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть)».

Упражнения на расслабление мышц шеи:

"Любопытная Варвара"

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо. А потом опять вперед – тут немного отдохнет».

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех! Возвращается обратно – расслабление приятно!» Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: «А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись! Возвращаемся обратно – расслабление приятно!»

Упражнения на расслабление мышц рук:

"Лимон"

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить "лимон" и расслабить руку: «Я возьму в ладонь лимон. Чувствую, что круглый он. Я его слегка сжимаю – Сок лимонный выжимаю. Все в порядке, сок готов. Я лимон бросаю, руку расслабляю». Выполнить это же упражнение левой рукой.

"Пара" (*попеременное движение с напряжением и расслаблением рук*).

Стоя друг против друга и касаясь выставленных вперед ладоней партнера, с напряжением выпрямить свою правую руку, тем самым сгибая в локте левую руку партнера. Левая рука при этом сгибается в локте, а у партнера выпрямляется.

"Вибрация".

Какой сегодня чудный день! Прогоним мы тоску и лень. Руками потрясли. Вот мы здоровы и бодры.

Упражнения на расслабление мышц ног:

"Палуба"

Представьте себя на корабле. Качает. Чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу. Руки сцепить за спиной. Качнуло палубу – перенести массу тела на правую ногу, прижать ее к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямиться. Расслабить ногу. Качнуло в другую сторону – прижать левую ногу к полу. Выпрямиться! Вдох-выдох! Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать! Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем.

"Лошадки"

Замелькали наши ножки, Мы поскачем по дорожке. Но внимательнее будьте, Что вам делать, не забудьте!

"Слон"

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с "грохотом" опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе "Ух!".

Упражнения на расслабление всего организма:

"Снежная баба"

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

"Птички"

Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любят его красотой. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.

"Бубенчик"

Дети ложатся на спину. Закрывают глаза и отдыхают под звучание колыбельной "Пушистые облачка". "Пробуждение" происходит под звучание бубенчика.

"Летний денек"

Дети ложатся на спину, расслабляя все мышцы и закрывая глаза. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки:

«Я на солнышке лежу, Но на солнце не гляжу. Глазки закрываем, глазки отдыхают. Солнце гладит наши лица, Пусть нам сон хороший снится. Вдруг мы слышим: бом-бом-бом! Прогуляться вышел гром. Гремит гром, как барабан».

"Замедленное движение"

Дети садятся ближе к краю стула, опираются о спинку, руки свободно кладут на колени, ноги слегка расставляют, закрывают глаза и спокойно сидят некоторое время, слушая медленную, негромкую музыку:

«Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать. Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать. Есть у нас игра такая – очень легкая, простая. Замедляется движение, исчезает напряжение. И становится понятно – расслабление приятно!»

"Тишина"

«Тише, тише, тишина! Разговаривать нельзя! Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать И тихонько будем спать». Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться. Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

Упражнения на расслабление.

"Мое настроение" (подготовительная группа)

Цели: Знакомство детей со способами управления и регуляции настроения. Совершенствование умения распознавать свое настроение, уметь рассказывать о нем, рисовать его. Воспитание доброжелательности к сверстникам и окружающим людям.

Ход:

(Звучит спокойная, тихая музыка. Дети стоят в кругу.)

Педагог или психолог: В круг широкий, вижу я, встали все мои друзья. Я для вас, мои дружки, испеку всем пирожки, Быстро надо их испечь, чтобы к завтраку поспеть. *(Музыка выключается.)*

Педагог: дети, покажите мимикой, какое у вас настроение. Почему оно такое? *(Дети рассказывают о своем настроении, отчего оно меняется.)*

"Волшебный мешочек"

Педагог или психолог: Давайте спрячем наше плохое настроение в волшебный мешочек. *(Дети "складывают" в мешочек свое плохое настроение, все отрицательные эмоции, проговаривая при этом свои действия.)*

Педагог или психолог: А теперь давайте подумаем, что нужно делать, чтобы улучшить свое настроение. Педагог или психолог беседует с детьми о настроении. Вместе делают вывод, как улучшить свое настроение: рассмешить себя, глядя в зеркало; послушать приятную музыку; спеть веселую песенку; рассказать о своем настроении другу; попросить помощи; смыть плохое настроение водой (душ, бассейн) и др.

Рисование на тему "Мое настроение"

Педагог или психолог: Давайте попробуем нарисовать свое настроение. *(После рисования психолог обсуждает с детьми, что они нарисовали, какие краски использовали.)*

Педагог или психолог: Ребята, что интересного вы узнали на занятии? Что понравилось больше всего? Почему? *(Дети делятся впечатлениями.)*

Педагог или психолог: А теперь нам нужно отдохнуть. Лягте поудобнее на ковер. *(Звучит спокойная музыка).* Педагог или психолог произносит слова тихим голосом, медленно, с паузами в начале расслабления. Затем голос приобретает силу, эмоциональность:

«Тихо-тихо, мой бубенчик, позвени, позвени. Никого-никого, мой бубенчик, не буди, не буди. Громко-громко, мой бубенчик, позвени, позвени. Всех мальчишек и девчонок разбуди, разбуди. Дети встали, потянулись и друг другу улыбнулись. Весело мы попрощались, в группу отправлялись».

Приложение 9

Игры с песком

Самая древняя игра маленького человечества. Есть ли такая детская игра, которая сможет гармонизировать картину мира, поставить заслон на пути жестокости, даст ощущение разнообразия природы, избавит от внутренних конфликтов и страхов, раскроет понятия добра и зла? Да, есть такая игра! И этой игрой забавлялись все поколения рода человеческого, потому что нет на свете ничего проще и доступнее, удобнее и многообразнее, живее и объемнее, чем - песочная игра. Песок является тем удивительным природным материалом, который способен передать одновременно многое. И ощущение разнообразия природы, и ощущение возможностей своего тела, и сущности жизни вообще с её текучестью, неожиданностью, множеством форм. Каково главное достоинство этой игры? Главное достоинство песочницы в том, что она позволяет ребёнку или целой группе детей реально создавать картину мира в живом трёхмерном пространстве. Ребёнку предоставляется возможность строить свой личный мир, модель своего микрокосма, ощущая себя его творцом. Как всё просто, удобно и рационально в этой игре; отшлифовано многими поколениями маленьких человечков. При этом для игры не требуется каких-то особых приспособлений.

Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успеют осознать, что они делают, их руки сами начинают просеивать песок, строить тоннели, горы и т.д. А если к этому добавить миниатюрные фигурки, игрушки, тогда появляется целый мир, разыгрываются драмы, и ребенок полностью погружается в игру. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Какие дети особенно нуждаются в этой игре? Дети, имеющие сложности в психическом развитии, конфликты во взаимоотношениях, страхи и др. особенно нуждаются в песочнице. Как показали исследования, песочница обладает психотерапевтическим эффектом, помогая ребёнку избавиться от страхов, застенчивости, конфликтности в общении и многих других проблем. Было обнаружено, что негативные эмоции, конфликты и страхи находили своё выражение в песочных картинках в символическом виде. Но постепенно в процессе совместного создания песочных картин все негативные тенденции ослабевали и исчезали - уходили в песок. Отношения у детей становились ровными и гуманными. Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.

Какое влияние оказывает на ребёнка эта игра? Игра с песком не только развивает творческий потенциал ребёнка, активизирует пространственное воображение, образно-логическое мышление, тренирует мелкую моторику руки, но ненавязчиво, исподволь настраивает детей на постижение моральных истин добра и зла, строит гармоничный образ мира. Даже песочная психотерапия. Ребенок в процессе песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается в психическую травму. Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь маленькому ребенку:

- развить более позитивную Я-концепцию;
- стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- выработать большую способность к самопринятию;
- в большей степени полагаться на самого себя;
- овладеть чувством контроля;
- развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;
- развить самооценку и обрести веру в самого себя.

Цель такой терапии - не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой. Игра ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям. Игру детей можно оценить более полно, если признать, что она является для них средством коммуникации. Дети более полно и более непосредственно выражают себя в спонтанной, инициированной ими самими игре, чем в словах, поскольку в игре они чувствуют себя более удобно. Для детей "отыграть" свой опыт и чувства - наиболее естественная динамическая и оздоровляющая деятельность, которой они могут заняться. Игрушки вооружают ребенка подходящими средствами, поскольку они, вне всякого сомнения, являются той средой, в которой может осуществляться самовыражение ребенка. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чьей-то указке, он совершает целый ряд независимых действий.

Чувства и установки, которые ребенок, возможно, боится выразить открыто, можно, ничего не опасаясь, спроецировать на выбранную по собственному усмотрению игрушку. Вместо того чтобы выражать чувства и мысли в словах, ребенок может закопать в песок ту или иную игрушку, ударить, утопить и т.д. Чувства ребенка часто невозможно выразить вербально (словами). Каждая выбранная фигурка воплощает какой-либо персонаж, который может взаимодействовать с другими героями. Ребенок сам придумывает, о чем они говорят или что делают; иногда он может пригласить психолога или педагога присоединиться к игре и выступать от лица какого-либо персонажа. Во всех этих случаях ребенок чувствует себя хозяином своего маленького мира и является режиссером драмы, разыгрывающейся на песочном листе.

Игра на песке с фигурками особенно плодотворна в работе с теми детьми, которые никак не могут выразить свои переживания. Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают на них свое внимание.

Дети с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны - игра дает им богатые кинестетические ощущения. Агрессивные дети - легко выбирают персонажей, символизирующих "агрессора" и его "жертву". Дети, пережившие психическую травму - находят для себя такую игру весьма полезной: она помогает им заново пережить травматичное событие и, возможно, избавиться от связанных с ним переживаний.

Игру с песком нельзя интерпретировать. Педагог должен, выполняя, роль внимательного зрителя. Позиция взрослого - это "активное присутствие", а не руководство процессом. Освобождение подавленной энергии приводит к ее трансформации, что позволяет направить трансформированную энергию на развитие личности и дальнейшее обучение.

Приложение 10

ИГРАЕМ С ВОДОЙ, ПЕСКОМ И ГЛИНОЙ

Такие игры не только развивают творчество дошкольников, но и помогают им в доступной и интересной форме познать свойства и качества природных материалов. Наступило лето. Именно сейчас можно уделить время и «общению» с природными материалами: песком, водой, глиной. Сравнить свойства воды и свойства этих предметов: вода льется, растекается, твердые предметы сохраняют форму. А есть ли форма у воды? Предложить детям бросить в таз с водой камешки. Можно спросить: всегда ли вода бывает прозрачной? В солнечный день вылейте на пол веранды воду. Пол под лучами солнца быстро высохнет, а вода в виде пара исчезнет на глазах у детей. А сколько удовольствия приносят детям игры с песком! Но песок как строительный материал недолговечен. Стоит ли удивляться, что дошкольники успевают только первоначальное представление о свойствах песка: о цвете, сыпучести сухого песка, липкости влажного. Пусть дети сами попытаются объяснить, почему ведро с влажным песком тяжелее. Почему сухой песок легче влажного.

Поговорим теперь о глине. С глиной детям удобно заниматься на улице: не страшно, если они испачкаются. Не надо торопить детей и напоминать о том, что занятие заканчивается, можно помыть руки в тазике с водой или в ведре, не боясь пролить воду. Уточнить знания о свойствах глины поможет практическая деятельность. Игра «Пекарня», в ходе которой дети лепят из глины булочки, батоны, или игра «гончарная мастерская» заинтересует их не меньше.

Наступило долгожданное лето... Тело уже не сковано душной и тяжелой одеждой. Дни стали длинные-преддлинные... Почти все свободное время можно проводить на улице. А там...А там можно наконец поиграть в то, во что не поиграешь в группе: в песок, камешки, глину, воду... Кстати. В Японии существует специальный парк, в котором взрослые получают редкую возможность побултыхаться, поваляться, изгазжаться в самых разных по густоте, липкости, вязкости и цвету видах грязи. Психологи считают, что это великолепное средство от стрессов. Почему? Такое валяние снимает бремя перфекционизма - стремления всегда быть безупречно хорошим, правильным. Оно освобождает эмоциональную спонтанность и ребенка, и взрослого. (Так что не побрезгуйте разделить с малышом его игру, и вы тоже получите пользу для своего здоровья!)

Именно сейчас можно уделить время их «общению» с природными материалами: песком, водой, глиной. Какие же их свойства могут усвоить дошкольники? Они уже способны понять, что такое три состояния воды. Начнем с жидкого ее состояния - самого привлекательного для детей. Первые представления о воде складываются в младшем дошкольном возрасте: вода течет из крана, в весеннем ручейке, вода растекается, ее можно разлить. Познакомиться с этой особенностью воды дети могут на прогулке: например, вылить воду на асфальт, на пол веранды и понаблюдать за тем, как она разливается, а затем испаряется под лупами солнца (лужи высыхают).

Для уточнения представлений о текучести воды можно провести несложный опыт. Возьмите два ведерка (стаканчика и т.д.), наполненные водой, а также два-три предмета из твердого материала (кубики, камешки, палочки, деревянные спилы и т.д.). Сравните свойства воды и свойства этих предметов: вода льется, растекается, твердые предметы сохраняют форму. А есть ли форма у воды? Ответ на этот вопрос дети должны найти самостоятельно, переливая воду из одних сосудов в другие (баночки, формочки и т.д.). В заключение обобщите результаты экспериментирования: вода принимает форму сосуда, в который ее наливают. Можно обратить внимание детей на то, что вода бесцветная, прозрачная, безвкусная, без запаха (например, когда даем детям пить на прогулке). Представление о воде как о жидкости без запаха сформировать у детей нетрудно. «Чистая вода ничем не пахнет», - убежденно говорят они. Труднее доказать, что вода не имеет вкуса. Утолив жажду, дети часто говорят: «Ух, вкусная!». Уточните смысл слов «вкус», «вкусная». Обычно дети свои вкусовые ощущения называют словами: «сладкий», «кислый», «солёный», «горький». Можно ли про воду сказать, что она сладкая, кислая, соленая, горькая? Таким доступным способом можно сформировать представление о том, что чистая вода не имеет вкуса. Иногда дети ошибочно считают, что вода белого цвета. Как их переубедить? Предложите вспомнить предметы белого цвета. Можно взять лист бумаги и рядом поставить прозрачную баночку с водой или стакан. На основе наглядности дети убедятся: чистая вода не имеет цвета - она бесцветная. С этим признаком воды непосредственно связан другой - прозрачность. Усвоить этот признак дети могут на прогулке. Предложите им бросить в таз (бассейн) с водой камешки. Можно спросить детей: всегда ли вода бывает прозрачной? Почему она бывает мутной? Прозрачная ли вода в реке, озере, луже? В заключение подведите детей к обобщению: чистая вода - прозрачная; мутная и грязная - непрозрачная. У воды есть еще один признак, ознакомиться с которым дошкольнику интересно: способность поверхности воды отражать окружающие предметы. В тихий, безветренный день подведите детей к луже на асфальте. Рассмотрите, что отражается в воде. Старшим дошкольникам можно рассказать, что в старину, когда не было зеркала, люди рассматривали себя, наклонившись над рекой, бочкой с водой.

Сложнее всего сформировать представление о газообразном состоянии воды (туман, пар, тучи, облака), поскольку детей надо предварительно познакомить с таким физическим явлением, как испарение. В солнечный день вылейте на пол веранды воду. Пол под лучами солнца быстро высохнет, а вода в виде пара исчезнет на глазах у детей.

В повседневной жизни следует чаще привлекать их внимание к этому процессу: в аквариуме снизился уровень воды, высохла лужа на участке, поднимается пар из носика чайника, из-под крышки кастрюли и т.д. Вернулись с прогулки в сырой одежде - окна в раздевалке запотели, «заплакали». Конечно, представления о превращении воды в газообразное состояние довольно сложны. Их полноценное формирование возможно при условии организации опытов, игр, упражнений. Возможно, что их усвоят не все дети. Но такая задача и не ставится.

Дети довольно рано начинают связывать переход воды из одного состояния в другое с температурой воздуха: холодно - вода замерзает, тепло - тает. Наполните бутылку водой примерно на $\frac{3}{4}$. Опустите в нее соломинку. Предложите сильно подуть на верх

соломинки. Когда ребенок подберет правильное положение губ, водяной тромбон начнет звучать. Медленно перемещая соломинку вверх-вниз. Продолжая дуть. Чем ниже опускается соломинка, тем ниже звук.

А сколько удовольствия приносят детям игры с песком! Вспомним стихи Б. Заходера:

Пусть не сердятся родители,
Что измажутся строители,
Потому что тот, кто строит,
Тот чего-нибудь да стоит!
И не важно, что пока
Этот домик из песка!

Удивительные здания, подземные дороги и дороги, сбегающие с крутых гор, замки, крепости и глубокие колодцы, парки и сады со скульптурами из песка - все свидетельствует о богатой фантазии ребенка, его развитом воображении, умении трудиться. Работая с песком, дети воплощают свои замыслы, испытывают творческий подъем. Сколько у них выдумки и изобретательности. Сколько настойчивости! Но песок строительный материал недолговечен. Стоит ли удивляться, что дошкольники успевают усвоить только первоначальные представления о свойствах песка: о цвете, сыпучести сухого песка, липкости влажного.

Дошкольников можно познакомить с еще одним свойством песка: влажный тяжелее сухого. Для этого следует организовать игры с песком «Испечем куличики». Предложите детям насыпать в одинаковые по размеру ведерки сухой и влажный песок, сравнить, какое ведерко тяжелее. Пусть дети сами попытаются объяснить, почему ведерко с влажным песком тяжелее, почему сухой несом легче влажного. Тогда им будет понятно: что ветер разносит только сухой песок. Завершить такую работу можно, ознакомив детей с иллюстративным материалом о дюнах, пустынях: почему ветер наметает дюны, барханы, «выводит волны» на просторах пустынь.

Чтобы подвести детей к пониманию того, почему песок пропускает воду; быстро сохнет, познакомьте их с его составом. Для этого каждому ребенку предложите положить на картон горстку песка, а картонки расположить по краю песочницы. Целесообразно поставить перед детьми познавательную задачу: «Внимательно рассмотрите песок найдите как можно больше особенностей у песчинок». Неожиданно для самих себя дети с удивлением обнаружат много интересного: песчинки неодинаковы по размеру (есть крупные и совсем маленькие), по цвету (попадают темные и светлые), по степени блеска (одни блестят, другие матовые), в песке встречаются ракушки и т.д.

После этого детей несложно подвести к выводу, почему песок сыпучий: песчинки не скреплены между собой, поэтому и рассыпаются по листу бумаги. Понятнее станет детям и причина быстрого высыхания песка: между песчинками есть свободное место, куда проникает ветер, солнечное тепло.

Поговорим теперь о глине. С глиной детям удобно заниматься на улице нестрашно, если они испачкаются, не надо торопить детей и напоминать о том, что занятие заучивается, можно помыть руки в тазике с водой или в ведерке, не боясь пролить воду. Целесообразно со свойствами глины знакомить во время лепки. Дошкольники сразу отметят, что глина мягкая, легко поддается воздействию: они мнут ее в руках, раскатывают в шарик колбаску, делают лепешки - угощение для кукол. Вылепленные фигурки подсыхают на скамейке под лучами летнего солнца. Педагог беседует с детьми о том, кто что слепил, каких добился успехов. Напоминает, что надо осторожно брать в руки сухую глиняную фигурку («Она может сломаться»); уточняет («Легко ломается, потому что хрупкая»). Уместно спросить детей, какие еще хрупкие материалы и предметы из глины они знают. Так постепенно подводим детей к знакомству с понятием «хрупкий», т.е. такой, который ломается, рассыпается на части от удара, падения. Можно сначала предложить детям ударить по куску сухой глины и сравнить рассыпавшиеся частички с песком, и только затем сказать, что означают понятия «хрупкий» и «сыпучий». Вспомните вместе с детьми о тех предметах из глины, которые им знакомы (игрушки народных мастеров, керамическая посуда, фаянсовая и фарфоровая, сувениры). Можно провести занятие на сравнение песка и глины. Для этого на дощечку для лепки поместите порошок глины и песок. Спросите, чем различаются частички глины и песчинки, в чем их сходство. Дети сами увидят различия. Надо только отметить одну из главных особенностей глины-, частички ее связана, скреплены между собой, поэтому глину нельзя пересыпать, сырая глина вязкая, липкая, пластичная, а песчинки рассыпаются.

Чтобы познакомить со свойством глины не пропускать воду, можно организовать игры на участке детского сада, например, предложите слепить из глины тарелочку, мисочку, чашку, а в утрамбованном песке сделать углубление. Потом налейте воду в глиняные изделия и в углубление в песке. Спросите: почему вода в глиняной посуде держится, а в песке нет? Детям нравится строить запруды в ручейке, дамбы в луже, в песке. Они убеждаются: песок опускается на дно; прочную дамбу или запруду можно сделать из глины: она не пропускает воду.

Для закрепления и уточнения представлений о глине предложите детям решить логические задачи. Например, такую: «В теплый летний день дети пошли в лес. Вдруг начался ливень. Дети промокли и заторопились домой. Стали спорить, по какой дороге идти: по короткой, но глинистой или длинной, но песчаной. Все выбрали длинную. Только Саша пошел по короткой. Дети пришли домой, переоделись в сухую одежду, сели обедать - и только тогда появился Саша, мокрый, грязный, сердитый. Почему Саша так долго добирался до дома? Ведь он пошел по короткой дороге... А какую дорогу выбрали вы в солнечный день, после дождя? Объясните почему».

Уточнить знания о свойствах глины поможет практическая деятельность. Игра «Пекарня», в ходе которой дети лепят из глины булочки, батоны, или игра «Гончарная мастерская» заинтересуют их не меньше. Хорошо организовать мастерскую по изготовлению сувениров, игрушек по образцу дымковских, филимоновских, каргопольских. Такие игры не только развивают творчество дошкольников, но и помогают им в доступной и интересной форме познать свойства и качества природных материалов. Игры с песком, водой и глиной любимое занятие детей на прогулке. Развитие познавательной активности об окружающем мире и о себе. Стимулировать освоение детьми различных форм приобретения опыта, помогающих ребёнку получить знания. Формирование положительного отношения к миру. Таким образом, каждый день, проведенный в детском саду, мы стараемся сделать для детей интересным, познавательным, радостным, полезным для здоровья.

В ладошки наши посмотри —
Мудрее стали ведь они!
Спасибо, милый наш песок,
Ты всем нам подрасти помог!
Что нужно для игры в песок?
А нужно, в сущности, так мало.
Любовь, желанье, доброта,
Чтоб Вера в Детство не пропала.
Простейший ящик из стола
Покрасим голубою краской,
Горсть золотистого песка
Туда вольется дивной сказкой.
Игрушек маленький набор
Возьмем в игру....
Мы создадим свой Мир Чудес,
Пройдя Познания Дорогу

Литература: Некрасова Е. Играем с песком, водой и глиной. Дошкольное воспитание №6.2006

Приложение 11

Организация игр с песком

Организации игр с детьми на участке ДОУ в летний период

Постоянное пребывание детей на свежем воздухе, многообразие форм, красок и звуков в природе, множество разных переживаний и новых впечатлений, раздолье для движений в природных условиях – все это дает ребенку значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета. Наиболее любимая игра детей в летний период на свежем воздухе – строительство из песка. Главное условие успешной деятельности в данном случае – это подготовка песка к работе. Он должен быть чистым и влажным. Для малышей лучше предусмотреть переносные песочницы в виде небольших емкостей. Тем более, что

маленькие дети не умеют создавать из песка крупные сюжетные постройки, их сооружения несовершенны и просты. Для старших ребят необходимы значительные площади. Они сооружают крупные коллективные постройки, сложные по конструкции, разворачивают интересные сюжетные игры. Чтобы оградить детей от перегрева, надо заранее подготовить теневые зонты.

Примерные задачи и материал для игр с песком.

Младшая группа	
Задачи	Материал
Формирование устойчивого мотива к активной совместной деятельности. Обучение навыкам работы с песком (сухим и мокрым).	Пластиковые ведра, совки, лопатки, формочки, некрупные игрушки. Различный дополнительный материал: дощечки, фанерные трафареты (изображения людей, животных, транспортных средств).
Средняя группа	
Стимулирование самостоятельности и проявления навыков самоуправления в совместной деятельности. Создание условий для самостоятельной постановки целей, поиска детьми конструктивных решений, исходящих из их собственного опыта, для планирования работы самими ребятами или с помощью взрослых. Формирование умения объединять постройки общим сюжетом, добиваться конечной цели (сделать пруд, пляж, посадить парк). Воспитание бережного отношения к результатам труда.	Те же материалы, что и в младшей группе, но в большем количестве. Пластины из пластмассы – разного размера и формы, кусочки разноцветного оргстекла. Природный материал: ветки, корни, камешки, ракушки и т. п., мелкие игрушки(изображения людей, животных, транспортных средств).
Старшие группы	
Продолжение формирования умения объединять постройки общим сюжетом и добиваться конечной цели. Закрепление навыка договариваться для реализации многообразных и интересных сюжетов.	Мелкие игрушки, предназначенные для реализации цели. Многообразный дополнительный материал: обрезки пластмассовых шлангов, трубки разного диаметра, куски пенопласта, поролон, цветной проволоки, различные коробки, банки разной формы и размера, емкости для наполнения водой, мелкие игрушки(изображения людей, животных, транспортных средств).

Примерная тематика построек из песка и предполагаемые действия детей.

Младшая группа

Угощение для кукол – сгребать песок в небольшие кусочки совком, лопаткой, утрамбовывать их, выкапывать в песке ямки, накладывать песок в маленькие низкие формочки и мастерить пирожки, пряники, торты и другие угощения.

Будка для собаки – сгребать песок в кучку, уплотнять и делать углубления совком, чтобы в это нехитрое сооружение поместить игрушку – собачку.

Дорожка – продвигать дощечку, лежащую плашмя, сделать кочку и ямку. Постройку обыграть: «По кочкам, по кочкам, по ровненьким дорожкам...»

Формочки – наполнять формочку песком и уплотнять его, опрокинуть, постучать, поднять, мастерить из образовавшихся фигурных холмиков торты, башни, домики.

Сюжетное строительство – пытаться сооружать из песка горки, скамейки, ворота, столы, стулья, мостики.

Заборчик – сгребать песок с двух сторон руками, уплотнять его, постепенно подстраивая сооружение в длину по направлению к себе.

Средняя группа

Сюжетное строительство – закрепить умение формировать различные детали, сооружать несложные постройки, объединяя их общим содержанием, украшать эти постройки. Можно под руководством взрослого строить высокую башню из трех форм разного объема.

Горки – самостоятельно сооружать разные горки.

Дома – строить из песка дома, используя кубические формы, украшать их разноцветными окнами, вдавливая в песок кусочки оргстекла.

Тоннели – рыть тоннели в куче песка. Дети любят это занятие, прорывают тоннели вдвоем с обеих сторон, пока не соединятся внутри кучи их руки.

Старшая группа

Сооружение сложных и крупных построек – воспитатель показывает, как с помощью лопатки или дощечки вырезать из утрамбованного песка дома, корабли, машины, поезда, мебель. Для этого приспособляют деревянные рамки, банки без дна, отрезки пластмассовых труб.

Создание крупных сюжетных построек – интересно строить высокие дома, дворцы, прокладывать дороги, сооружать бассейны, детские сады; украшать высотные дома с лоджиями, вставляя в ряд сверху вниз на одинаковом расстоянии кусочки оргстекла или фанеры; устанавливать на зданиях телевизионные антенны из цветной проволоки, прокладывать провода между мачтами уличных фонарей.

Строительство по темам знакомых сказок и разыгрывание сказочных сюжетов – «Царевна – лягушка», «Заячья избушка», «Снежная королева».

Строительство из «жидкого» песка – педагог показывает ребятам новый прием работы с песком: насыпать песок в ведро, смешать с водой, набрать получившуюся «кашу – малашу» в ладошки и выпускать струйкой. Песок при этом ложится узорами. Так можно строить высокие дворцы, замки, башни и другие сооружения конусообразной формы, постепенно наращивая постройку в высоту и ширину.

Использование бросового материала – для устройства комнаты для кукол можно сделать мебель из молочных пакетов, а из клеенки, палочек, катушек изготовить флажки, дорожные знаки.

Рисование на песке песком.

Устройство садика из песка и камней.

Сооружение песочных часов.

Строительство песочного города.

Утро радостных встреч

как форма обеспечения психологического здоровья детей

Признаки психического здоровья:

- способность справляться с трудностями в сложных и незнакомых ситуациях;
- способность адекватно вести себя в сложных и незнакомых ситуациях;
- чувство уверенности в себе и доверие к окружающим;
- формы проявления эмоций, соответствующие ситуации и вероятным испытываемым чувствам;
- достаточный диапазон чувств.

Для ребёнка одна из главных причин нарушения психического состояния — высокий уровень непредсказуемости ситуаций и неадекватность требований со стороны окружающих

Чтобы сохранить психическое здоровье, нужно:

1. Поддерживать у ребёнка положительную самооценку.

Если ребёнок думает, что он бездарный, несимпатичный и бесполезный, он начинает вести себя соответственно этой оценке. Всем детям, независимо от их достоинств, необходимо знать, что родители любят их и гордятся ими. Чем сильнее дети чувствуют любовь, тем больше они стараются себя проявить. Малыш с развитым чувством самоуважения доброжелательно относится к окружающим и терпим как к своим собственным, так и к чужим слабостям. И наоборот, самонадеянность или эгоизм часто являются результатом недостаточного самоуважения. Не чувствующий уверенности в себе дошкольник может вести себя агрессивно и высокомерно, чтобы защититься от того, что он сам воспринимает как агрессию или превосходство других.

Родители и педагоги по-разному могут способствовать обретению детьми уверенности в себе. Чрезвычайно эффективный способ — помочь ребёнку обнаружить и развить его сильные стороны. Все дети имеют способности. Иногда талант очевиден, например, малыш может иметь чудесный голос и хорошее чувство ритма. Чаше талант менее заметен, однако он точно есть. Например, некоторые дети удивительно чутки к трудностям других людей. У кого-то прекрасно развито воображение, помогающее им придумывать замечательные игры. У иных милый, добродушный характер. Другие — хорошие организаторы. И таких примеров множество...

2. Содействовать эмоциональному благополучию.

В хорошем эмоциональном состоянии человек ежедневно успешно преодолевает различные препятствия. Для этого он должен уметь:

- осознавать себя, свои чувства, потребности, действия;
- управлять своим поведением, временем;
- выражать чувства соответствующим образом.

Как помочь ребёнку осознать свои эмоции

Прежде чем малыш обретет способность контролировать свои эмоции, он должен научиться их осознавать (отличать друг от друга) и определять соответствующим словом. Родителям и педагогам вполне по силам помочь ребёнку. Во-первых, нужно проговаривать действия и эмоциональные проявления детей: «Я вижу, ты рассердился из-за того, что Дима взял твою игрушку», «Ты расстроился, потому что потерял свои фломастеры», «Тебе весело играть с Ариной». Во-вторых, следует своими реакциями дать понять, что каждый ребёнок имеет право на любые эмоции: «Каждый человек может рассердиться, если его будут постоянно толкать», «Все люди грустят, когда расстаются с мамой». Такой подход поможет малышу учиться понимать себя и других, вступать в разговор о своих чувствах. А взрослый, таким образом, может выяснить, что беспокоит ребёнка. Помощь, оказанная малышу при обсуждении его чувств, может способствовать тому, что в дальнейшем ему будет намного легче решать различные проблемы, управлять своими эмоциями, устанавливать хорошие взаимоотношения с окружающими.

Как помочь ребёнку контролировать эмоции и управлять ими

Научившись распознавать и обсуждать чувства, ребёнок будет лучше справляться с ними, но обычно дети не склонны контролировать сильные эмоции, даже если они их распознают. Родителям и педагогам очень важно постараться научить детей контролировать собственные эмоции. Предположим, ребёнок никак не может справиться

с иррациональными страхами и боится чудовищ. Можно обратиться к таким психотерапевтическим приемам, как рисование страха, проговаривание состояния вслух, когда снова возникнет страх.

В случае если имеет место проявление гнева и агрессии, даже маленькому ребёнку можно сказать: «Я понимаю, что ты злишься из-за того, что что-то не получил или что-то не по-твоему». Иногда даже этих слов бывает достаточно, чтобы пыл малыша угас. Но можно подробнее расспросить его о недовольстве, дав ему, таким образом, возможность выговориться и более чётко определить причину своего гнева, а затем переключить внимание на что-то другое.

Лучше всего найти ребёнку (любого возраста) какое-то занятие, которое отвлекло бы его от мучительных переживаний. Убеждённости взрослых, что малыш или подросток испытывают удовольствие, когда «треплют другим нервы», — заблуждение. Дети очень страдают от своих переживаний, так как не могут и не знают, как от них освободиться. А не могут потому, что их никто не научил этому.

Однако, надо помнить, что контроль над чувствами ещё не означает их изменения. Правильнее сказать, что контроль над чувствами должен не позволить им доминировать в мыслях и поведении. Если ребёнок поймёт, что чувства естественны, но в то же время и преходящи, и что ими можно управлять так же, как мыслями и поведением, он приобретёт внутреннюю силу.

Как помочь ребёнку управлять своим временем, поведением, действиями

Всегда, где и когда это возможно, нужно предоставлять ребёнку право выбирать и планировать свои дела и действия, самостоятельно решать, как и с чего начать работу, что будет её результатом и как он использует этот результат. А в детском саду делать это обязательно! Ежедневный групповой сбор наиболее доступным образом решает такие проблемы. Как это происходит:

Часть группового сбора	Как это отражается на психическом здоровье ребёнка
Приветствие, пожелания, комплименты	Каждому достаётся доля внимания, улыбка, тепло прикосновения от всех участников сбора - детей, педагогов, родителей. Есть возможность определить словом своё эмоциональное состояние, понять реакции на него со стороны других людей, почувствовать их поддержку
Обмен новостями	Возможность рассказать о своих чувствах, сомнениях; услышать то, что происходит в жизни других, и понять, что и остальные дети (взрослые люди) могут испытывать такие же чувства; получить адекватную реакцию (поддержку, оценку, совет) в ответ на свои слова; увидеть как можно по-разному реагировать на какие-то события; вместе найти выход из сложной ситуации
Игра	Можно получить психолого-педагогическую помощь в коррекции негативных эмоциональных состояний, овладеть нужными навыками (речевыми, социально-эмоциональными, игровыми и пр.
Планирование проекта и текущего дня	Каждому позволено самому принять решение, чем заниматься в ближайшее время и в перспективе (тема нового проекта «Рыбы», я хочу узнать, какие рыбы живут в океане и в реке). Таким образом формируется опыт управления своими желаниями, способность отказываться от одного в пользу другого (я хотел бы пойти и в Центр строительства, и в Центр науки, но...), умение распоряжаться временем, выбирать темп, условия для работы; умение договариваться о партнёрстве в не травмирующей самолюбие ситуации — всегда есть другие варианты занятий
Итоговый сбор	Ребёнок может продемонстрировать другим результат <i>своей</i> деятельности, получить адекватную оценку своим усилиям, приобрести опыт самоуважения

Эмоционально – эстетическое отношение к природе в рисунках старших дошкольников

Особое место в работе детского сада занимает летний период, который рассматривается как один из важнейших этапов оздоровления детей в течение года. Долгожданное «красное» лето со своими красками, изменениями в природе помогает развивать у детей стойкий интерес к изобразительной деятельности, умение выбирать цветовую гамму красок, соответствующую радостному летнему настроению.

Лето – чудесное время для свободного творчества, новых открытий, формирования у старших дошкольников эстетического познания и интереса к природе, посредством нетрадиционных техник изобразительного искусства. В летний период особенно ярко проявляется познание друг друга и себя среди других, но таких дорогих и близких людей.

Процесс познания природы в летний период, и в процессе её изображения у детей развиваются психические процессы, лежащие в основе познания природы и отражение её в художественном творчестве: восприятие, мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение, уподобление, обобщение), воображение, положительное эмоциональное отношение к природе, и к изобразительной деятельности. Перед педагогами стоит задача - последовательно, систематически, целенаправленно развивать и совершенствовать эстетические вкусы детей в летне-оздоровительный период.

Наиболее эффективна последовательность работы:

- непосредственное восприятие природы,
- организованное наблюдение над природой во время прогулок и экскурсий,
- изображение рисунка на бумаге увиденного и осмысленного ребёнком.

В процессе наблюдений в природе, которые следует осуществлять каждый день, необходимо развивать у детей разнообразные ощущения:

- тактильные - при ощупывании, поглаживании поверхности листа, стебля, ствола дерева, меха животного (разумеется, если это не опасно); установление их качества (гладкости, пушистости, теплоты, холодности);
- кинестетические - при обведении предмета рукой по контуру основной формы, частей;
- обонятельные - с целью установления запаха, море запахов, которое волнует воображение ребенка - запах летнего утра, запах теплой земли, нагретой от солнца;
- зрительные - при рассмотрении объектов природы, наблюдении за явлениями природы, животными, насекомыми;
- двигательные - для создания рисунка необходимо применить усилия, осуществить трудовые действия, овладеть навыками обращения с карандашом и кистью, с восковым мелком и пастелью.

Требования к наблюдению:

1. Целенаправленность наблюдения в изобразительной деятельности означает восприятие в первую очередь того содержания, тех особенностей объекта, которые служат основой для изображения, позволяет наглядно представить художественный образ как результат изобразительной деятельности.

2. Эмоциональность, неравнодушие восприятия. Без чувств рождаемых общением с природой, не может быть искусства, не может быть художественной, творческой деятельности.

3. Осмысленность наблюдения. Изобразительная деятельность требует особого восприятия предметов, явлений, выделение и осознание тех свойств, которые предстоит изобразить (форма, цвет, пропорции и т. п.). Однако выделение этих признаков должно быть не механическим, а осмысленным. Ребёнок должен понимать многие видимые явления. Например, почему сосны в лесу высокие, стройные, могучие, а одна сосна выросла на берегу большая и корявая. Почему у зайца задние лапы сильнее и длиннее передних.

4. Активность детей. В наблюдении необходимо обеспечить разнообразную активность детей: эмоциональную, мыслительную, речевую, двигательную. Только при этом процесс наблюдения будет эффективен.

5. Повторность наблюдений особенно важна для создания детьми разнообразных, выразительных образов. В процессе неоднократных наблюдений дети могут видеть один предмет в изменяющихся условиях, а значит, с разными внешними характеристиками (берёзка в ясный солнечный день, на закате солнца, в ветреный день).

6. Учёт возрастных возможностей детей и задач изображения при отборе объёма представлений, формируемых в ходе наблюдения. Проведение наблюдения с детьми предлагает необходимость выбора места и времени в соответствии с задачами наблюдения, разнообразие вопросов, активизирующую познавательную деятельность детей, обогащение наблюдения другими приёмами: рассказ, пояснение, художественное слово, игровые моменты, элементы обследования и т. п.

Существуют некоторые особенности наблюдений, проводимых с детьми разных возрастных групп. Старшие дети уже способны к принятию цели наблюдения, связанной с последующим изображением. Однако о цели желательно сообщить после эмоционального восприятия красоты природы. Надо дать возможность ребёнку увидеть красоту лета в сочетании красок. Целесообразно помочь детям “выплеснуть” свои чувства, выразить себя.

При систематической работе воспитатель легко побуждает детей к выражению своих чувств, представлений. Учитывая более сложные задачи изображения, со старшими дошкольниками можно рассматривать предметы (их сочетания) вблизи и издалека, сравнивать по величине, устанавливать взаимное расположение в пространстве: ближе к нам, дальше, справа, слева и т. п. В наблюдениях с детьми целесообразно формировать изобразительное представление. Для этого, выделяя какие-то изобразительные признаки объектов, предложите ребятам подумать, как это можно изобразить, какой материал лучше использовать, какой цвет бумаги лучше подойдёт.

В момент наблюдения целесообразно спланировать будущий рисунок. Например, тема “Цветущая клумба”. Дети придумывают композицию рисунка, выделяя в ней главное. Соответственно предстоит подумать, какой будет клумба по форме, цвету, что будет в центре, вокруг, какой фон. Дошкольники размышляют, как, какими красками и материалами лучше рисовать небо, разноцветную клумбу. Может быть акварелью по - сырому фону, может быть цветными восковыми мелками и т. п.

Взаимосвязь природы с изобразительной деятельностью (рисованием) дошкольников способствует закреплению и уточнению их знаний об объектах природы, формирует интерес к природе и положительное отношение к ней, вызывает яркие эмоциональные переживания, желание отражать её явления в своём творчестве. Через рисование природы у детей более полно и точно закрепляются знания о природе, (дети устанавливают связи между явлениями и объектами, узнают об их свойствах и т. д.), о её значимости для людей.

Общаясь с природой, старший дошкольник стремится в рисунке выразить своё отношение к ней, и делает это с помощью различных выразительных средств. Так, линия - основной элемент в детских рисунках, выступает как средство изображения, и как средство выражения отношения к изображаемому. Цвет несёт те же функции. Но в рисунках эти функции поделены: в одних рисунках цвет выполняет изобразительную функцию (ствол дерева - коричневый, крона - зеленая), в других - выразительную (кот - красный, дерево - оранжевое и т. д.). Линия, цвет, форма используются как основные средства выразительности в рисунках, но цвет чаще, чем все остальные средства: так как цвет связан для детей с эмоциональными переживаниями.

Цвета могут передавать определенные свойства характера и состояние, умело, используя их можно создать необходимую обстановку. Каждый из цветов имеет собственное символическое значение:

темно-синий – концентрация, сосредоточенность на внутренних проблемах, потребность в покое и удовлетворении, самоанализ;

зеленый – уравновешенность, независимость, настойчивость, упрямство, стремление к безопасности;

красный – сила воли, эксцентричность, направленность вовне, агрессия, повышенная активность, возбудимость;

желтый – положительные эмоции, непосредственность, любознательность, оптимизм;

фиолетовый – фантазия, интуиция, эмоциональная и интеллектуальная незрелость (дети часто отдают предпочтение этому цвету);

коричневый – чувственная опора ощущений, медлительность, физический дискомфорт, часто - отрицательные эмоции;
черный – подавленность, протест, разрушение, настоятельная потребность в изменениях;
серый – «отсутствие» цвета, безразличие, отстраненность, желание уйти, не замечать того, что тревожит.

Приложение 14

Родителям об особенностях адаптации детей к детскому саду (консультация)

Ваш малыш подрос. Он узнает родителей, улыбается, сидит, берет игрушки, лепечет, начинает говорить, рассуждать, общаться. Какое счастье! Сам начинает кушать, улыбаться, научился пользоваться ложкой! Пришла пора идти в детский сад. Ребенок должен знать, что на свете есть и другие дети. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли хорошо ребенку в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с родителями. Иными словами, насколько успешно ребенок сможет адаптироваться, то есть приспособиться к среде детского сада, к его условиям. Эти опасения не случайны. Процесс адаптации может привести к позитивным и негативным результатам.

Два основных критерия успешной адаптации:

- внутренний комфорт;
- адекватность поведения.

Отрыв ребенка от дома, родных, встреча с новыми взрослыми могут стать для ребенка психогенным фактором, стрессом. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. По силе переживаемых ощущений, эмоций такое состояние можно сравнить с разрывом пуповины ребенка при рождении. Это объясняется тем, что жизненный опыт ребенка, приспособление к новым условиям (а любое приспособление требует разрушения некоторых сложившихся связей и быстрого образования новых) сопряжено с трудностями, особенно в раннем детстве. Поэтому очень важно осуществить плавный переход из семьи в детский сад.

Все вышеперечисленное имеет особое значение для психологического и физического здоровья ребенка, его развития и успешного комфорта пребывания в детском учреждении. К сожалению, этот процесс протекает зачастую сложно и болезненно. Посещение детского сада становится стрессовой ситуацией. Ребенок испытывает внутренний дискомфорт, который приводит к капризам, истерикам, отказам от еды, сна, общения со сверстниками, болезнями. Появляются нежелательные для его возраста привычки (снова начинает сосать палец, грызть ногти). Это свидетельствует о трудностях адаптационного процесса. Трудности в адаптации испытывают чрезмерно опекаемые в семье дети, дети, у которых не привиты элементарные навыки самообслуживания, самостоятельности. Родители, несмотря на стремление ребенка сделать что-то самостоятельно, стараются помочь ему - так быстрее, меньше хлопот.

Ребенок чувствует себя в детском саду беспомощным и не приспособленным к новым условиям. Дети, привыкшие к общению только с родителями, лишённые возможности общаться со сверстниками, также испытывают трудности, потому что навык общения уже сформирован (ребенок должен видеть, что существуют такие же, как он, дети, со своими потребностями, желаниями). Наличие у ребенка стереотипов, которые формируются в семье, и накладывают отпечаток на его поведение, и затрудняют процесс адаптации.

Например, ребенок приучен засыпать только в том случае, если рядом ложится мама. Итак, чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, необходима подготовительная работа с ним. Помогут в этом следующие советы:

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах, ходите на дни рождения друзей, новогодние праздники...
2. Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т.д.), при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность. О предстоящем поступлении в детский сад беседуйте с ним, как о радостном событии. Воздержитесь говорить о собственных опасениях в присутствии ребенка. Придите заранее в детский сад и познакомьтесь с обстановкой, с детьми, с воспитателями... Лучше это сделать, когда дети гуляют на улице или играют в групповой комнате. Познакомьтесь с воспитателями

группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка. В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Не оставляйте ребенка на целый день. Не опаздывайте, хотя бы в первые дни забирайте ребенка вовремя. Дайте ребенку в детский сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а наутро снова с нею встретиться. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом вы узнаете, как ребенку удастся привыкнуть к детскому саду. Поиграйте с ребенком с домашними игрушками в детский сад, распределите роли детей, воспитателей. Помогите игрушке найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя на игру на положительные результаты.

Эти советы помогут заботливым родителям грамотно и безболезненно помочь своему ребенку пережить процесс перехода из дома в детский сад.

Приложение 15

Адаптация ребенка к детскому саду (консультация для родителей)

Дошкольное учреждение первым открывает перед ребенком мир социально общественной жизни. Детский сад (параллельно с семьей) берет на себя одну из главных ролей в воспитании ребенка-дошкольника и играет ее, начиная с первого знакомства и до выпуска его в школьный мир знаний. Таким образом, детский мир становится одним из определяющих факторов в становлении личности ребенка. Многие основные его свойства и личностные качества складываются в этот период жизни. От того, как они будут заложены, во многом зависит все его последующие развитие.

Известно, что смена социальных отношений представляет для ребенка значительные трудности. Многие дети становятся беспокойными, плаксивыми, замкнутыми. Тревожное состояние, эмоциональная напряженность связаны с отсутствием близких для ребенка людей, с изменением окружающей обстановки, привычных условий. Постигаемый ребенком жизненный опыт может помочь ему включиться в новые социальные отношения, совместную деятельность, адаптироваться к изменившимся условиям, но он способен привести к негативным последствиям, что весьма существенно для эмоционально-личностного опыта ребенка. Отрицательно эмоциональный опыт может породить высокую тревожность детей. Поскольку условия детского сада едины для всех, то возникает задача адаптации каждого отдельного ребенка с его выраженной индивидуальностью к этим общим условиям. Прежде всего, необходимо подготовить ребенка к посещению детского сада. Нужно рассказать ему, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему надо, чтобы малыш пошел в детский сад. Подробно рассказать ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет рассказ и чем чаще он повторяется, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ребенок, когда пойдет в детский сад. Необходимо спрашивать у малыша, запомнил ли он, что будет делать в детском саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Вопросами такого рода родители могут проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит как и было обещано, он чувствует себя увереннее. Необходимо готовить ребенка к общению с другими детьми и взрослыми, посещать с ним детские парки и площадки, приучать к игре в песочницах, на качелях, наблюдать, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует или легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

Известные трудности в адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям -причины, тормозящие образование у малыша умения контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни пребывания в детском саду он будет негативно относиться к воспитателям, няне, что усложнит уход за ним. Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с

воспитателем, няней. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней. Малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы. Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых чрезмерно опекали в семье, которые не знают родительского «нельзя». Ребенок, у которого дома не тренируется способность тормозить свои желания, с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым начинается с первого дня пребывания в детском саду.

Влияет на адаптацию тип темперамента ребенка. Замечено, что быстро и легко привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они медленны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их часто подгоняют (причем не только в саду, но и дома тоже), не давая возможности побыть самим собой.

Для того чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, необходимо максимально приблизить распорядок дня дома к режиму в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность. Желательно познакомиться с меню детского сада и приучать ребенка к блюдам, включенным в него. Чтобы ребенок не чувствовал дискомфорта, нужно заранее приучить к горшку, отучить от соски.

Для предупреждения болезней, которые часто сопровождают вступление в новую жизнь малыша, необходимо его закалять. Хождение босиком в помещении и по земле летом в любую погоду - самый простой и эффективный способ. Он укрепляет не только иммунную, но и нервную систему. Очень полезны любые водные процедуры. Постепенно приучать ребенка к холодному питью (кефир, молоко, сок из холодильника). Нельзя забывать о витаминных комплексах для детей и гомеопатических препаратах длительного действия для профилактики ОРВ и гриппа. Когда ребенок приходит в детский сад, ему предстоит знакомство не только с детьми и взрослыми, но и с массой самых разнообразных возбудителей болезни. Какой бы крепкой ни была иммунная система ребенка, это очень большая нагрузка. Поэтому рекомендуется в первый месяц посещения детского сада соблюдать маршрут «дом-сад». Не надо ходить в гости, посещать массовые мероприятия. Такой строгий порядок поможет иммунной системе ребенка познакомиться со всеми болезнетворными существами и при этом не заболеть. Нарушение данного правила может привести к сильным иммунным сбоям, вплоть до пневмонии на первой неделе посещения (вне зависимости от погоды).

Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенно: вначале нужно привести его в группу, познакомить с воспитателем, со сверстниками, посмотреть вместе с ним игрушки, вызвать интерес к новому окружению и вернуться домой. Затем несколько дней пребывания в детском саду должно ограничиваться до дневного сна. В дальнейшем, в зависимости от состояния ребенка, это время постепенно увеличивается. В период привыкания к детскому саду важно учитывать, что, находясь в группе, ребенок чувствует себя скованно и вынужден сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома, в привычной обстановке, следует играть с ним в веселые подвижные игры и в полной мере выражать эмоции как детям, так и взрослым.

В привыкании к новым условиям важную роль играет возможность приносить с собой свои игрушки или любой предмет, напоминающий ребенку его дом, это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Это зависит, прежде всего, от воспитателей, их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Потому организация адаптационного периода начинается задолго до 1 сентября, повышения профессионального уровня воспитателей, их психологического просвещения с помощью традиционных и новых методов обучения (педсоветы, семинары, консультации), развитие у них таких качеств, как умение сопереживать, коммуникативные навыки, доброжелательность, организаторские и артистические способности, эмоциональная стабильность и так далее. Всю работу следует строить так, чтобы ребенок чувствовал, что его любят и принимают таким, каков он есть.

Игры и упражнения, направленные на профилактику дезадаптации:

- При знакомстве с ребенком можно использовать игру «Обведу карандашом руку твою и тебе подарю» - с целью установления контакта.

- Взрослый просит ребенка разрешить обвести руку, раскрашивает ее и дарит ребенку. Можно украсить «руку» браслетом, часами, колечками.
- Если ребенку очень грустно, то можно поиграть в «Телефон» - позвонить маме, однако при этом нельзя допускать обмана, ребенок должен знать, что это игра.
- Можно поиграть с конструктором: построить дом, машину, детский сад.
- Обыграть ситуацию, когда утром все собираются по своим делам: на работу, в школу, в детский сад - каждый занят своим делом, все взаимно-связаны жизнью, заботой, любовью.
- Для снятия психоэмоционального и психомышечного напряжения хорошо использовать игры с песком и водой.

Приложение 16

Психологические особенности детей раннего возраста (памятка для родителей)

В раннем возрасте происходят важнейшие изменения в психическом развитии детей - формируется мышление, активно развивается двигательная сфера, проявляются первые устойчивые качества личности.

Важной характеристикой этого возрастного этапа является неустойчивость эмоциональной сферы ребенка. Его эмоции, формирующиеся в это время чувства, отражающие отношение к предметам и людям, еще не фиксированы и могут быть изменены в соответствии с ситуацией. В связи с этим предпочтителен мягкий, спокойный стиль общения с ребенком, бережное отношение к любым проявлениям его эмоциональности.

В раннем возрасте ведущей деятельностью является предметная, она оказывает влияние на все сферы психики детей, определяя во многом специфику их общения с окружающим. Происходит развитие восприятия детей, определяемое тремя основными параметрами: рассматривание предметов, ознакомление с сенсорными эталонами, сравнение предметов с ними.

Большое значение для развития личности ребенка раннего возраста имеет общение с взрослыми. Родителям надо помнить, что представления о себе, первая самооценка малыша в это время тождественны той оценке, которую дают ему взрослые. Поэтому не следует постоянно делать ребенку замечания, упрекать его, так как недооценка стараний может привести к неудовлетворенности в себе и снижению желания осуществлять любую деятельность.

Для малыша очень важно постоянство окружающего его мира. Поэтому следует уделять особое внимание режиму дня ребенка. Режим дня дома должен соответствовать режиму дня в детском саду.

Содержание

Пояснительная записка	
Нормативно-правовая база по подготовке и проведению летней оздоровительной работы	
Нормативно-правовые документы по организации летней оздоровительной работы в ДОУ	
Нормативно-правовые документы по организации питания в летний оздоровительный период	
Перечень приказов по организации летней оздоровительной работы	
Перечень инструкций к летней оздоровительной работе	
Приложение 1 (<i>Приказ о создании рабочей группы по разработке плана подготовки ДОУ к летней оздоровительной работе</i>)	
Приложение 2 (<i>Приказ об утверждении плана подготовки ДОУ к летнему периоду</i>)	
Приложение 3 (<i>Приказ об организации работы ДОУ в летний период</i>)	
Приложение 4 (<i>Приказ об организации питания воспитанников в летний оздоровительный период</i>)	
Приложение 5 (<i>Приказ об усилении персональной ответственности по охране жизни и здоровья детей в детском саду и на детских площадках</i>)	
Приложение 6 (<i>Приказ о проведении проверок комиссией по охране труда по организации и подготовки к летним оздоровительным мероприятиям</i>)	
Приложение 7 (<i>Инструкция по технике безопасности, охране жизни и здоровья воспитанников на прогулочных площадках, во время труда в цветнике, на участке</i>)	
Приложение 8 (<i>Инструкция по оказанию первой помощи детям при отравлениях ядовитыми растениями и грибами, укусах насекомых, тепловом или солнечном ударах</i>)	
Приложение 9 (<i>Инструкция по оказанию первой доврачебной помощи</i>)	
Приложение 10 (<i>Инструкция воспитателя по предупреждению детского дорожного травматизма</i>)	
Планирование летней оздоровительной работы в ДОУ	
Приложение 1 (<i>Список нормативных документов регламентирующих деятельность ДОУ в летний оздоровительный период</i>)	
Комплексное планирование оздоровительной работы в ДОУ в летний период	
Организация медико-педагогического контроля в летний период	
Психолого – педагогическое сопровождение оздоровительного процесса с детьми в летний период	
Приложение 1 (<i>Диагностика уровня адаптированности ребенка к ДОУ</i>)	
Приложение 2 (<i>Признаки психоэмоционального напряжения</i>)	
Приложение 3 (<i>Внешние и внутренние источники угрозы психологической безопасности ребенка</i>)	
Приложение 4 (<i>«Акваметод» - эффективный способ снижения адаптационного стресса у детей</i>)	
Приложение 5 (<i>«Песочная игра» - эффективный способ снижения адаптационного стресса у детей</i>)	
Приложение 6 (<i>Игры и упражнения для детей раннего возраста в адаптационный период</i>)	
Приложение 7 (<i>Игры для детей раннего возраста различных типов темперамента</i>) ..	
Приложение 8 (<i>Использование упражнений на релаксацию в работе с детьми</i>) ..	
Приложение 9 (<i>Игры с песком</i>)	
Приложение 10 (<i>Играем с водой, песком и глиной</i>)	
Приложение 11 (<i>Организация игр с песком</i>)	
Приложение 12 (<i>Утро радостных встреч</i>)	
Приложение 13 (<i>Эмоционально – эстетическое отношение к природе в рисунках старших дошкольников</i>)	
Приложение 14 (<i>Родителям об особенностях адаптации детей к детскому саду</i>) ..	
Приложение 15 (<i>Адаптация ребенка к детскому саду</i>)	
Приложение 16 (<i>Психологические особенности детей раннего возраста</i>)	