

## Примерный режим дня в детском саду

Время	Вид деятельности
7:30-8:10	утренний прием игры детей трудова деятельность зарядка артикуляционная и пальчиковая гимнастика
8:10 – 8:50	подготовка к завтраку завтрак
8:50 – 10:00	подготовка к образовательной деятельности непосредственно-образовательная деятельность (занятия) игры, самостоятельная деятельность детей
10:00 – 11:40	подготовка и выход на прогулку прогулка возвращение с прогулки
11:40 – 12:30	подготовка к обеду обед
12:30 – 15:00	подготовка ко сну дневной сон
15:00 – 15:20	постепенный подъем пробуждающая гимнастика ходьба по сенсорным дорожкам
15:20 – 15:40	подготовка к полднику полдник
15:40 – 16:30	игры, досуги, самостоятельная деятельность по интересу и выбору детей индивидуальная работа с детьми
16:30 – 18:00	подготовка к прогулке прогулка
18:00	уход домой

## Адаптационные мероприятия в детском саду.

- собрания для родителей воспитанников, приглашение специалистов (логопед, психолог, дефектолог, врач)
- организован постепенный приём детей в детский сад
- анкетирование родителей при приёме ребёнка в детский сад
- установление контакта с каждым ребёнком
- адаптационные занятия в группе детей
- соблюдение традиций в детском коллективе (новоселье группы; «утро радостных встреч»: наши впечатления и планы; беседы о прошедшем дне, дни рождения, групповые праздники и др.)
- индивидуальные консультации



**Добро пожаловать  
в детский сад!**

БМА ДОУ «Детский сад №35 «Теремок» комбинированного вида»  
г. Берёзовский, ул. Гагарина, 13  
Тел. (34369)4-66-02



### Адаптационный период

Буклет для родителей

**В детский сад - с радостью!**

*Детки в садике живут,  
Здесь играют и поют,  
Здесь друзей себе находят,  
На прогулку с ними ходят.  
Вместе спорят и мечтают,  
Незаметно подрастают.  
Детский сад — второй ваш дом,  
Как тепло, уютно в нем!  
Вы его любите, дети,  
Самый добрый дом на свете!  
(Г. Шалаева)*

## Как подготовить ребёнка к поступлению в детский сад.

- Отправить в детский сад ребёнка при условии, что он здоров, выполнив все рекомендации медицинских специалистов. Укреплять здоровье ребёнка, повысить роль закаляющих мероприятий.
- Не отдавать ребёнка в детский сад в разгаре кризиса трёх лет.
- Приблизить домашний режим к режиму детского сада.
- Приучать ребёнка к разнообразной пище – кашам, супам, салатам, мясным и рыбным блюдам и т.п.
- Приучить ребёнка к самостоятельности в сфере гигиены и самообслуживания, дать возможность проявить самостоятельность «Я сам!» (приучение к горшку, раздевание и одевание, мытьё рук, пользование ложкой, салфеткой, самостоятельное засыпание и пр.).
- Отучить ребёнка от привычек (грудное вскармливание, засыпание с бутылочкой, соска, памперсы и др.).
- Научить малыша самостоятельно занимать себя игрой.
- Готовить ребёнка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещать с ним детские площадки, праздники, дни рождения, обучать играм со сверстниками. Научить ребёнка говорить о своих потребностях.
- Готовьте ребёнка к временной разлуке с вами.
- Читать и рассказывать ребёнку стихи, сказки и приучать его внимательно слушать.
- Создать спокойный, бесконфликтный климат в семье.
- Не обсуждать при ребёнке волнующие моменты, связанные с детским садом.
- Позаботиться заранее о том, чтобы собрать ребёнку всё, что ему может понадобиться в детском саду.
- Планировать своё время так, чтобы первый месяц посещения ребёнком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Приучать ребёнка к детскому саду постепенно!
- Подчёркивайте, что ваш ребёнок, как прежде, дорог вам и любим!

**Говорите малышу, как вы рады, что он большой и пойдёт в детский сад.**

## Готов ли Ваш ребенок к детскому саду?

Ответы на следующие вопросы помогут Вам составить примерный прогноз адаптации ребёнка к детскому саду и предвидеть возможные трудности.

1. Каким Вы считаете состояние здоровья своего ребенка? Хорошее — 3 балла, ослабленное — 1 балл.
2. Соблюдается ли в семье режим дня ребёнка? Да, регулярно — 3 балла, соблюдается частично — 2 балла, не соблюдается — 1 балл.
3. Какое настроение преобладает у ребёнка? Бодрое, уравновешенное — 3 балла, неустойчивое — 2 балла, подавленное — 1 балл.
4. Какой аппетит у Вашего ребёнка? Хороший — 4 балла, избирательный — 3 балла, неустойчивый — 2 балла, плохой — 1 балл.
5. Просится ли Ваш ребёнок в туалет? Самостоятельно — 3 балла; иногда — 2 балла, нет и ходит мокрый — 1 балл.
6. Как Ваш ребёнок засыпает? Быстро, спокойно (до 10 минут) — 3 балла, долго не засыпает — 2 балла, беспокойно — 1 балл.
7. Используете ли Вы дополнительное воздействие при засыпании ребёнка (укачивание, колыбельные и пр.)? Да — 1 балл, нет — 3 балла.
8. Какова продолжительность дневного сна ребёнка? 40 минут — 1 балл, 1,5-2,5 часа — 3 балла.
9. Есть ли у Вашего ребёнка привычки? Сосёт пустышку или палец, пьёт из бутылочки, указать другое — 1 балл, нет — 3 балла.

10. Интересуется ли Ваш ребёнок предметами, игрушками дома и в новой обстановке? Да — 3 балла, иногда — 2 балла, нет — 1 балл.
11. Как Ваш ребёнок играет? Умеет играть самостоятельно — 3 балла, не всегда — 2 балла, не играет сам — 1 балл.
12. Какие взаимоотношения со взрослыми? Легко идёт на контакт — 3 балла, избирательно — 2 балла, трудно — 1 балл.
13. Какие взаимоотношения с детьми? Легко идёт на контакт — 3 балла, избирательно — 2 балла, трудно — 1 балл.
14. Как относится к занятиям: внимателен, усидчив, активен? Да — 3 балла, не всегда — 2 балла, нет — 1 балл.
15. Есть ли у ребёнка уверенность в себе? Есть — 3 балла, не всегда — 2 балла, нет — 1 балл.
16. Есть ли у ребёнка опыт разлуки с близкими? Перенёс разлуку легко — 3 балла, тяжело — 1 балл.
17. Есть ли у ребёнка сильная привязанность к кому-либо из взрослых? Есть — 1 балл, нет — 3 балла.

### Прогноз адаптации:

Готов к поступлению в детский сад	40-55 баллов
Условно готов	24-39 баллов
Не готов	16-23 баллов

