Что должен уметь малыш в 1 год

Крупная и мелкая моторика

Движение: Уверенно ползает на четвереньках, встает у опоры, ходит вдоль нее (приставным шагом) или делает первые самостоятельные шаги.

Мелкие движения: Берет мелкие предметы двумя пальцами (пинцетный захват) и может складывать кубики или игрушки в коробку.
Действия: Умеет бросать мяч, махать ручкой на прощание («пока-пока») и указывать пальцем на то, что его интересует.

Речь и общение

Первые слова: Понимает обращенную к нему речь, знает свое имя и простые слова («дай», «на», «нет»).
Лепет: Осознанно произносит простые слоги или слова («мама», «папа», «баба», «би-би», «ав-ав»).
Подражание: Копирует звуки, интонации взрослых и повторяет простые жесты.

Социальные и когнитивные навыки

Эмоции: Начинает проявлять характер, может выражать протест или радоваться. Часто пугается незнакомых людей и сильно привязан к родителям.
Игры: Понимает, как играть со знакомыми предметами (катает машинку, кормит куклу, строит башню из двух кубиков).
Узнавание: Находит взглядом предметы или персонажей в книжке по просьбе взрослого («Где мишка?»).

Бытовые навыки

Еда: Пытается самостоятельно есть ложкой, уверенно пьет из чашки-поильника или через трубочку.
Одевание: Помогает при одевании (протягивает ручку в рукав или ножку в штанину).

Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОО

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.
2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке , поиграйте в подвижные игры.
6. Устройте небольшой семейный праздник вечером.

Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.

Будьте терпеливы и у Вас вместе все получится!!!

МБДОУ Ребрихинский детский сад «Улыбка»

Адаптация ребенка к детскому саду



На нашем сайте Вы можете получить очень много полезной информации:
http://ds-smile.com.ru/



Адаптация*(от лат. «приспособляю») − это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.*

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую.

При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1−2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Во время **адаптации средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивно- разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.



Советы психолога для родителей

Соблюдайте режим: Заранее дома приблизьте распорядок дня к садику (время сна, еды и прогулок).

Увеличивайте время плавно: Сначала оставляйте малыша на 1–2 часа, затем до обеда, и только через несколько недель — на полный день.

Говорите о садике позитивно: Рассказывайте о нем дома с радостью, избегайте тревоги в своем голосе.

Щадите нервную систему: На время адаптации уберите шумные гости, поездки и новые яркие впечатления. Дома должна быть тишина и покой.

Придумайте ритуал прощания: Быстро и уверенно целуйте ребенка, говорите, что вернетесь, и уходите. Затягивание прощания пугает его еще больше.

Дайте выход эмоциям: Дома разрешайте ребенку плакать и капризничать, не ругайте за это. Ему нужно сбросить напряжение.

