

### говоримо про важливе



Президент підписав Закон України  
«Про дошкільну освіту»

### працюємо з нормативними документами



Діти вивчатимуть у дитячому садку  
англійську мову

- 4 Як організувати освітній процес  
у змішаному форматі:  
рекомендації МОН

### моніторимо освітній процес

Світлана Бадер

- 8 Перевіряємо готовність групових  
приміщень до нового  
навчального року

За вікном серпень, тож на порядку денному  
перевірка готовності групових приміщень  
до нового навчального року. Спростить  
цю діяльність за допомогою готової картки  
контролю та підказок, що взяти до уваги

### комплектуємо методичний кабінет

- 10 Орієнтовний зміст діяльності  
вихователя-методиста у вересні

- 12 План роботи з педагогами щодо  
організації предметно-  
розвивального середовища  
в дитячому садку

### організуємо освітній процес

Наталія Гавриш

- 13 Ознайомлюємося з дитячим садком  
під час проєктної діяльності

Скористайтеся ідеями зі статті та реалізуйте  
разом із дітьми проєкт, присвячений  
дитячому садку. Під час роботи над проєктом  
дошкільники відкриють для себе не лише  
життєвий устрій дитячого садка, а й багато  
інших аспектів, що зазвичай залишаються поза  
їхньою увагою

Наталія Савінова

- 20 Освітні цикли — плануємо роботу  
з дітьми по-новому

Напередодні початку навчального року  
пропонуємо новий формат планування роботи  
з дітьми — за освітніми циклами. Розповімо,  
як обирати освітні цикли, у чому перевага  
такого формату планування та які його  
особливості

### прокачуємо профмайстерність педагогів

Тетяна Палайда

- 26 Книжковий калейдоскоп:  
семінар-практикум для педагогів

Книги — одне з найбільших чудес, створених  
людиною. Вони відкривають нам світ,  
допомагають увіяти минуле, зазирнути  
в майбутнє. Тож читання важливе як для  
дорослих, так і для дітей — переконані  
автори статті. Саме тому вони систематично  
організують заходи з педагогами на  
книжкову тематику. Скористайтеся їхнім  
досвідом, аби підняти престижність книги  
й у своєму колективі

Ольга Герасименко

- 30 Чарівні барви народного мистецтва:  
педагогічний батл

Ознайомтеся із розробкою методичного  
заходу, що дасть змогу поглибити знання  
педагогів про декоративно-прикладне  
мистецтво і його вплив на розвиток  
дошкільників. А крім цього, педагоги зможуть  
прокачати вміння працювати в команді



## пiклуємося про найменших

Наталія Савінова

### 34 Як полегшити адаптацію дитини до дитячого садка: три пам'ятки для батьків

Скористайтеся добіркою пам'яток для батьків нових вихованців. За їх допомогою ви зможете поінформувати батьків, які уміння та навички знадобляться дитині в дитячому садку, як запобігти дитячим переживанням та як поводитися з дитиною під час адаптації

## спiлкуємося з батьками

Тетяна Шинкар, Вікторія Потапенко

### 38 У які ігри грати з дитиною в період адаптації: тренінг для батьків

Збагатіть методичну скарбницю готовим планом-конспектом тренінгу. Він стане у пригоді, щоб допомогти батькам новачків зрозуміти, як підтримати маляка під час адаптації до дитячого садка



Портрет моєї дитини

Анкета для батьків

Тетяна Гурковська

### 43 Як залучити батьків вихованців до життя дитячого садка

Залучити батьків вихованців до життя дитячого садка складно, проте можливо. У статті — підказки психолога, як педагогам зацікавити батьків вихованців діяльністю дитячого садка, залучити до неї та ефективно співпрацювати

## забезпечуємо психологічний супровід

Тетяна Гурковська

### 47 Як допомогти педагогу повернутися до роботи після травмивної події

Скористайтеся рекомендаціями фахівця, щоб допомогти колегам упоратися з наслідками травмивної події та відновити стабільний емоційний стан, який є запорукою їхньої професійності, компетентності та об'єктивності



## Допомагаємо методисту-початківцю

Олена Озерова

### 51 Кошти на передплату періодики: чотири неочевидних джерела

Тримайте поради експертки, які допоможуть знайти кошти, щоб передплатити улюблений журнал. Можливо, звучить трішки зухвало, але й проблема чимала. Утім, не для наших передплатників. Брак фінансування, який через війну суттєво зачепив бюджетні установи й організації, водночас показав їхні можливості — вихід є завжди

### 56 Як оптимізувати роботу з е-журналом в умовах постійних блекаутів

Шпаргалка

## свята й цікаві події

### 58 Цікаве свято у вересні



Такою іконкою позначено статті, які можна прочитати лише на сайті [emetodyst.expertus.com.ua](http://emetodyst.expertus.com.ua). Для того щоб перейти до змісту статті, клікніть на її назву

# СПІЛКУЄМОСЯ З БАТЬКАМИ

**Збагатіть методичну скарбницю готовим планом-конспектом тренінгу. Він стане у пригоді, щоб допомогти батькам новачків зрозуміти, як підтримати малюка під час адаптації до дитячого садка**



**Тетяна Шинкар,**  
старший викладач кафедри дошкільної освіти факультету педагогічної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка, канд. пед. наук



**Вікторія Потапенко,**  
вихователь ПШ «Дивоцвіт», Київ

## У які ігри грати з дитиною в період адаптації: тренінг для батьків

**З**берегти і зміцнити психічне здоров'я дітей і пришвидшити адаптацію — завдання не лише вихователів дитячого садка, а й батьків вихованців. Зазвичай адаптація триває три-чотири тижні, однак трапляється, що вона розтягується на три-чотири місяці. Адже дитині потрібен час, щоб призвичаїтися до життя в дитячому садку. Тому батьки мають розуміти, як підтримати дитину, в які ігри з нею пограти, про що розмовляти тощо. Рекомендуємо проговорити це з батьками новачків під час тренінгу.

### МЕТА:

- допомагати батькам зберігати і зміцнювати психічне здоров'я дітей;
- ознайомлювати із проблемами адаптації дітей до умов дитячого садка;
- формувати навички взаємодії з дитиною під час адаптації.

### ОБЛАДНАННЯ Й МАТЕРІАЛИ:

- серветка, прикрашена квітами, стрічками;
- плетена ажурна серветка, різноколірні стрічки, шнурочки, паперові серветки, штучні квіти;
- кульки для самомасажу;
- плетена коробочка;
- шишка, каштан, камінчик, горіх, паличка;
- різнокольорові пір'їни, з'єднані ниткою, і кольоровий шнурок;
- хустки;
- рулон паперу;
- зображення птаха;
- ляльки на пальчики;
- манна крупа;
- контейнери;
- іграшки.

ХІД:

*Ведучий вітається із учасниками заходу — батьками вихованців. Відтак оголошує тему й мету тренінгу.*

**Ведучий:** Шановні батьки! Наша зустріч присвячена важливому періоду в житті дитини: вступу до дитячого садка — нового для неї місця з незнайомими дорослими. Коли дитина потрапляє в новий простір, змушена в ньому адаптуватися. Природна для неї реакція на новизну — стан емоційного напруження, коли переважають емоції тривоги й гніву. Дитина хвилюється з безлічі причин, як-от: «Як я без мами? Чи не забудуть мене тут? Що як мені тут буде погано?». Звикання малюка до дитячого садка — процес непростий, оскільки адаптивні можливості дитячого організму обмежені. Допомогти дитині в цей період мають близькі їй люди.

Для того щоб усунути емоційне напруження, необхідно спрямувати увагу малюка на діяльність, яка приносить йому задоволення. І щоб пригадати, що найбільше подобається вашому малюку, пропонуємо скласти його портрет.

*Ведучий пропонує батькам заповнити анкету «Портрет моєї дитини»\*. Відтак організовує обговорення: Що найбільше любляють діти? Які ігри зазвичай обирають? Яким видам діяльності віддають перевагу?*

**Ведучий:** Складно уявити дошкільника, який не любить грати. «Мова ігор» зрозуміла й доступна будь-якій дитині. Гра дає змогу дитині виражати свої емоції, переживання, спілкуватися з однолітками, ознайомлюватися з нормами і правилами життя, дає внутрішню свободу — гратися з ким хочу, де хочу, скільки хочу, чим хочу.

Часом і в дорослих виникає бажання погратися. Але ми або забули, як це робити, або соромимося. Сьогодні в нас є нагода згадати дитинство й погратися досхочу в ті ігри, в які грають ваші діти в дитячому садку.

*Ведучий запрошує батьків сісти кружка та уявити себе дітьми. Відтак взяти участь у іграх.*

**Ведучий:** Зазвичай дитина бачить удома таку картину: мама миє посуд, готує їжу, а тато працює за комп'ютером або дивиться те-

лєвізор. Усі дорослі зайняті справами. І раптом, уявіть, на очах у дитини й за її участі відбувається перетворення — замість звичайної сірої серветки з'являється красива річ. (*Ведучий показує плетену серветку, прикрашену квітами, стрічками тощо.*) Протягування шнурка крізь отвір у серветці сприяє розвитку дрібної моторики малюка — його пальчики стають спритнішими, пробуджується творча уява. Спробуймо створити таку серветку разом!

### Гра «Галявина настрою»

Ведучий пропонує учасникам, використовуючи плетену ажурну серветку, різноколірні стрічки, шнурочки, паперові серветки, штучні квіти, створити галявину настрою. Для цього учасники через отвори в серветці мають протягувати шнурки та стрічки, вставляти штучні квіти або квіти із паперових серветок. Наприкінці учасники демонструють свої серветки. Відтак ведучий пояснює, які завдання можна пропонувати дітям, під час гри з такою серветкою.

**Ведучий:** У період адаптації дітям корисно пропонувати ігри з елементами самомасажу. Зокрема, самомасаж кисті розвиває мускулатуру пальців рук, рефлекторно стимулює відповідні зони кори головного мозку, дає змогу нормалізувати стан нервової системи, тож має не лише заспокійливий, а й загальнооздоровлювальний ефект. Так само, як слайди проєктуються на екран, так і всі частини нашого тіла мають свою проєкцію в корі головного мозку. Зокрема, активність мілкої моторики кистей рук впливає на стан мозку, а відповідно — і на загальний стан організму.

### Гра «Колючий їжачок»

Учасники отримують по масажній кульці, схожій на їжачка. За вказівками ведучого кладуть кульку на долоню, прокочують «їжачка» по кожному пальчику, починаючи з великого пальця провідної руки, і трохи довше затримуються на подушечці кожного пальчика. Погладжування слід виконувати в напрямі від периферії до центру. Ведучий пропонує повторити вдома цей масаж із дітьми, супроводжуючи дії віршами, наприклад:

Ходить-бродить вздовж доріжок  
Весь в колючках їжачок,

\* Див. приклад анкети «Портрет моєї дитини» на [emetodyst.expertus.com.ua](http://emetodyst.expertus.com.ua). — Прим. ред.

Він смаколики шукає  
Для маленьких діточок.

**Ведучий:** Дитина досліджує навколишній світ за допомогою органів чуття. Зокрема, через тактильне сприймання, чутливість рук. Якщо в дитячому віці не вдосконалювати рухи й не збагачувати сенсорний досвід, то в дорослому віці людина не володітиме достатньою пластичністю розуму, щоб уміти легко пристосовуватися до різних обставин. Тож дізнаймося, чи гарно працюють ваші сенсорні відчуття.

#### Гра «Що підкажуть пальчики»

У плетеній коробочці лежать природні матеріали — шишка, каштан, камінчик, горіх, паличка тощо. Учасники розглядають їх, доторкаються до них, а відтак описують свої відчуття. Наприклад, шишка — шорстка, камінь — гладкий. Потім заплющують очі, простягають долоні і відгадують, який предмет ведучий поклав на них. Завдання учасників — якнайшвидше відгадати усі предмети.

**Ведучий:** Перебуваючи в новому оточенні, дитина відчуває різні емоції. Природа подарувала людині змогу керувати своїми емоціями за допомогою регуляції дихання. Вдих і видих відіграють психофізіологічну роль. Вдих збуджує, мобілізує, посилює м'язове напруження. Видих заспокоює, розсіює негативні емоції, сприяє розслабленню м'язів. Заспокійливого ефекту досягаємо завдяки збільшенню часу видиху стосовно до часу вдиху й черевного або діафрагмального типу дихання.



#### Гра «Легка пір'інка»

Ведучий вішає ниточки з пір'ям на шнурок, натягнутий на рівні очей учасників. Відтак просить їх зробити глибокий вдих і повільний видих так, щоб пір'їни колихалися в повітрі. Завдання учасників — якнайдовше коливати пір'їну в повітрі видихом. Потім ведучий пропонує позмагатися, хто найдовше втримає пір'їну в повітрі.

#### Вправа «Дихаємо животиком»

Ведучий просить в учасників сісти рівно, покласти долоню на живіт і відчути, як живіт піднімається під час вдиху і опускається під час видиху. Відтак учасники заплющують очі, а ведучий читає дитячий віршик:

Бегемотики на траві лежали,  
Глибоко повітря вдихали.  
Животик піднімається (*вдих*),  
Животик опускається (*видих*).  
Сіли бегемотики,  
Торкнулися животиків.  
Животик піднімається (*вдих*),  
Животик опускається (*видих*).

Ведучий зазначає, що під час цієї вправи роботу діафрагми дитина має сприймати і зорово, і тактильно. Тому пропонує покласти на живіт іграшку, наприклад рибку, і поспостерігати за нею.

**Ведучий:** Черевний тип дихання — антистресовий. Він сприяє зменшенню тривожності, збудження, спалахів негативних емоцій, підвищує тонус блудного нерва — основної ланки парасимпатичної нервової системи, — сприяє загальному розслабленню. Спрацьовує універсальний захисний механізм — уповільнення ритму різних фізіологічних і психічних процесів сприяє заспокоєнню. Таке дихання дасть дитині змогу, наприклад, швидше заснути після численних яскравих вражень, пережитих протягом дня.

#### Обговорення «Схованки»

Ведучий запитує в учасників, що вони знають про схованки. Далі розповідає, що схованки дають змогу впоратися зі страхом темряви й замкненого простору, з почуттям самотності. Адже під час гри дитина має певний час перебувати наодинці, до того ж у таємному місці. Відтак ведучий запитує в учасників, які варіанти гри у схованки вони знають.

**Ведучий:** Особливе значення для розвитку малюка мають рухливі ігри. Із моменту народження дитина прагне руху. Вона пізнає світ, повзаючи, стрибаючи, бігаючи. Через рухливі ігри вчиться володіти своїм тілом, її рухи стають красивими й упевненими. А в момент фізичного та емоційного напруження ці ігри дають їй змогу вивільнити негативну емоцію прийнятним способом. І, звісно, рухлива гра — це джерело радості й один із найліпших засобів спілкування дорослого з дитиною. Тому спробуйте влаштувати таку гру вдома з дітьми. Малюкам неодмінно сподобається перетворення на метеликів чи хоробрих жабенят. Нумо грати!

#### Гра «Метелики на квітучому лузі»

Учасники мають перетворити хустки на крила метеликів, а саме взяти хустку у дві руки, розмістивши за спиною, підняти вгору руки й потягнутися — «розправити крила». Відтак можуть ними помахати й «політати» по груповій кімнаті.

#### Гра «Хоробрі жабенята»

Ведучий дістає рулон паперу і пропонує кожному учаснику відірвати шматок бажаної форми — це листочок латаття. Кожний учасник сідає на шматочок паперу, як жабеня. Ведучий оголошує, що над ставком пролітає величезний птах, що вирішив поласувати жабенятами. Завдання учасників — зім'яти свої листочки й поцілити ними у птаха — зображення на стіні. Відтак учасники беруть папір, рвуть його на багато дрібних шматочків і одночасно підкидають вгору — влаштовують веселий салют. «Результат» салюту збирають у кошик, примовляючи: «Ми збираємо листочки швидко-швидко, чисто-чисто».

#### Мінілекція «Ігри з водою»

**Ведучий:** Вода має корисні властивості, зокрема, тепла вода розслабляє й заспокоює. Діти люблять ігри з водою. Бажано у воду додавати відвари трав — валеріани, меліси. Заспокійливий ефект забезпечують також спеціальні ароматичні олії: ромашкова, лавандова, м'ятна. Але попередньо ліпше порадитися з лікарем щодо їх використання.

Для ігор із водою підготуйте іграшки, поролонові губки, трубочки, пластикові пляшечки з отворами тощо. Якщо гра з водою відбувається в денний час, можна додати до неї пізнавальний

компонент. Наприклад, під час опускання предметів у воду порівнювати їх за фактурою і масою. Можна заповнити миску з водою гудзиками, намистинками, монетками, невеликими кубиками тощо й погратися з ними, скажімо:

- взяти якомога більше предметів в одну руку й пересипати їх в іншу;
- зібрати в одну руку, наприклад, намистинки, а в іншу — камінчики;
- підняти якомога більше предметів на долонях.

Після розв'язання кожного завдання дитина має розслаблювати кисті рук, тримаючи їх у воді. Тривалість вправи — 5 хв. Після завершення гри руки дитини слід розтирати рушником протягом 1 хв.

*Учасники пропонують власні ігри з водою для дітей дошкільного віку, обговорюють їх.*

**Ведучий:** Для дитини в період життєвих змін важлива підтримка дорослого. Малюк має потребу повідомити, що його турбує, але зробити це йому складно. Допомогти дитині в цьому може її улюблена іграшка, яка асоціюється з позитивними емоціями, відчуттям комфорту та безпеки. Отож коли побачите, що дитину щось турбує, — візьміть іграшку та допоможіть дитині розповісти вам про її переживання, поділитися тим, що складно висловити без спеціальної підтримки. Зараз ми попрактикуємося серед дорослих, але уявіть, що ви граєте зі своєю дитиною.

#### Гра «Розмова з іграшкою»

Учасники надягають на руки ляльки-рукавички й об'єднуються в пари. Ведучий про-



понує налагодити контакт одне з одним. Причому, учасник, керуючи лялькою, гладить по голові чи лоскоче партнера, махає йому рукою тощо. При цьому запитує: «Як справи? Із ким ти подружилася / подружився в дитячому садку? Як звати твоїх друзів? У які ігри ви гралися?» тощо. Учасники говорять одне з одним, наче мама / тато з дитиною. Відтак міняються ролями.

**Ведучий:** Згадаймо одні з найулюбленіших ігор нашого дитинства — ігри в пісочниці. Чому діти люблять грати в піску? Пісок дає змогу розслабитися:

- руки заглиблюються в пісок — це приємні тактильні відчуття;
- пісок повільно сиплется — це візуально заворює.

Швидкі перетворення відволікають дитину від переживань. Корисно виконувати рухи обома руками. Це дає змогу синхронізувати активність обох півкуль головного мозку, стимулює розвиток логічної лівої півкулі, що відповідає за мовленнєвий розвиток, і інтуїтивної, емоційної правої півкулі. Отже, створимо свою маленьку пісочницю!

#### **Гра «Малюнки на піску»**

Учасники висипають у контейнери сухий чистий пісок і малюють на піску візерунки за

власним задумом. Відтак демонструють іншим свій витвір.

**Ведучий:** Кожен із батьків хоче, щоб дитина була щасливою. А щастя — це коли поруч батьки, у них гарний настрій, коли є улюблені й цікаві іграшки, є місце для всіх — щаслива оселя. Спробуймо побудувати «Оселя щасливої дитини».

#### **Гра «Оселя щасливої дитини»**

Учасники мають створити макет / схему осередку для дитини. Ведучий наголошує, що можна пропонувати все, що, на думку учасників, має бути в оселі щасливої дитини. Проте слід пояснити, як та чи та річ дає дитині змогу відчувати себе щасливою. Наприкінці учасники презентують результат спільної діяльності.

**Ведучий:** Задоволення, з яким ви сьогодні гралися, важливо не розгубити, а передати його своїм дітям. Прихильність і зв'язки, особливо між дітьми та батьками, важливо «підживлювати» позитивними емоціями. Тож даруйте своїм малюкам лише позитивні емоції та гарний настрій!

*Ведучий підбиває підсумки тренінгу й роздає батькам добірки ігор, у які можна пограти з дитиною вдома.*