**Работа с семьями воспитанников**

**в период адаптации к условиям ДОУ**

Методическая разработка воспитателя высшей

 квалификационной категории

 Камышенцевой О.Ю.

 2018 год.

Введение:

 Дошкольный возраст – уникальный, самоценный и важнейший период становления человека и его здоровья . Первые годы жизни ребёнка - важный этап в его формировании .Каким будет взрослый человек по своим физическим и умственным способностям , нравственным качествам, в большей степени зависит от этого периода. Педагоги должны стремится к тому ,чтобы система воспитания маленьких детей была ориентирована в первую очередь на личностные ,индивидуальные , возрастные особенности ребёнка .Это значит ,что взрослые в процессе общения с ребёнком обеспечивают ему :чувство психологической защищенности; доверие к миру; эмоциональное благополучие; формирование базиса личностной культуры; развитие его индивидуальности. Нужно обеспечить ребёнку широкие возможности пользоваться каждым из пяти чувств: он должен видеть ,слышать , трогать руками ,пробовать на вкус, обонять различные предметы окружающего мира – как можно шире и разнообразнее.

Актуальность темы данного опыта работы обусловлена тем, что в последние годы наметилась тенденция к увеличению числа детей, поступающих в дошкольное учреждение в раннем возрасте. Проблема усугубляется тем, что прежняя система взглядов на воспитание детей раннего возраста не соответствует современным представлениям о целях и задачах дошкольной педагогики. Переход от авторитарной системы воспитания к личностно-ориентированной модели требует разработки новых педагогических принципов, методов и технологий работы с детьми, составной частью которых являются разработки комплексного проектирования взаимодействия детского сада и семьи.
Общеизвестно, что для многих родителей проблема адаптации ребенка к дошкольному учреждению стоит достаточно остро. По мнению Е.В.Жердевой, поступление ребёнка в дошкольное учреждение – процесс сложный и для самого малыша , и для родителей .Для ребёнка это сильное стрессовое переживание , которое необходимо смягчить .Малышу предстоит приспособиться к совершенно иным условиям , чем те , к которым он привык в семье. Четкий режим дня ,отсутствие родителей , другой стиль общения , контакт со сверстниками, новое помещение –все эти изменения создают для ребёнка стрессовую ситуацию. Все это может вызвать у малыша защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими. И педагоги, и родители должны понимать, насколько ответственен момент выхода ребёнка в детский сад, насколько серьёзные, хотя и не сразу бросающиеся в глаза последствия он может иметь. Чтобы привыкание ребёнка к детскому саду было максимально безболезненным, необходим комплексный подход к решению проблемы адаптации. Все это определяет актуальность данной темы. На основании этого определена проблема педагогического обеспечения процесса адаптации детей. Главная задача заключается в том, что если создать комплексную систему сопровождения адаптации детей раннего возраста к ДОУ, включающую в себя психологическое просвещение родителей, развивающие занятия по  формированию адаптационных механизмов, и систему наблюдения педагогов за протеканием адаптации детей к ДОУ, то адаптация детей раннего возраста будет происходить безболезненно.
Главной целью работы является исследование особенностей взаимодействия семьи и детского сада в адаптации ребёнка третьего года жизни к условиям дошкольного учреждения.
 Конкретные задачи работы заключались в следующем:
- Изучить понятие и сущность адаптации детей к ДОУ;
- Выявить общие и индивидуальные особенности адаптации детей раннего возраста;
- Разработать комплексную систему сопровождения адаптации детей раннего возраста к ДОУ;
-Изучить психолого-педагогическую литературу по исследуемой теме;

-Выделить средовые факторы риска неблагоприятного течения адаптационного периода и определить способы профилактики и реализации;

-Провести диагностику по выявлению уровня адаптации детей раннего возраста к ДОУ;

-Проанализировать результаты и сделать выводы;

-Дать рекомендации родителям по адаптации ребенка к ДОУ.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

 -теоретический анализ психолого-педагогической и методической литературы, психолого-педагогических исследований;

-изучение и обобщение педагогического опыта; педагогическое наблюдение. Обоснованность и достоверность результатов и выводов работы обеспечиваются методологическим подходом к анализу проблемы, использованием принципов, методов, адекватных предмету, целям, задачам исследования.

**1.**  **Особенности адаптационного периода**.

***Понятие и виды адаптаций***

 Детский сад-это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Адаптацией принято называть процесс вхождения ребёнка в новую для него среду и болезненное привыкание к её условиям.

 Проблема адаптации детей в дошкольном учреждении занимает умы научных и практических работников. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать как процесс или приспособление функций организма ребёнка к условиям существования в группе. Общая задача педагогов и родителей - помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. На пути реализации возникают различные трудности:

* Отсутствие необходимых для современной семьи разнообразных знаний: медицинских, педагогических, психологических, юридических и т.д.
* Расхождения в требованиях взрослых и стилях взаимодействия между ребёнком и взрослым в детском саду и дома.

Адаптацию следует рассматривать по следующим параметрам: (автором этой теории является О.Г.Заводчикова)

|  |
| --- |
|  Адаптация  |
| Значение адаптации для здоровья ребёнка | Механизм развития адаптационного синдрома | Клиника адаптации | Меры, облегчающие адаптацию | Факторы, влияющие на адаптацию | Исход адаптации |

*Значение адаптации для здоровья ребёнка:*

 Ребёнок, переходящий в новые условия жизни в дошкольном учреждении, переживает стрессовое состояние; у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции (можно, нельзя) ,напряженное состояние , ребёнок попадает под целый комплекс воздействий. Возникает синдром адаптации, т.е. скопление неизвестных воздействий, что вызывает у него страх, отрицательные эмоции. Именно в том, как организм ребёнка выдерживает приспособление к окружающей среде, и заключается значение адаптации для его дальнейшего здоровья и самочувствия в новых условиях.

 *Механизм развития адаптационного синдрома*:

Период адаптации, в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в его жизни. Взрослые в семье понимают, что адаптационный период – один из самых сложных в жизни ребёнка. Все охают и ахают, причитывают и волнуются за него, но не более того. В один из дней приводят в детский сад и оставляют одного среди незнакомых взрослых и в незнакомой обстановке. В первый день пребывания в абсолютно новом окружении малышом владеют два чувства: любопытство и страх. Первое время в детском саду самое тяжелое. Ребёнок в период адаптации – живая модель стрессового состояния. Стресс- это реакция на борьбу с трудностями , норма перехода от одних условий к другим.

Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов:

***Подготовительный*** - его следует начинать за 1-2 месяца до приема в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша , необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

***Основной*** (на этом этапе в работу включается педагог) т.к. главная задача этого этапа- создание положительного образа воспитателя. В этот период родители должны установить с воспитателем доброжелательные отношения, рассказать воспитателю об особенностях своего ребёнка. Имея полную информацию о ребёнке , воспитатель быстрее поймет его и установит контакт.

***Заключительный*** – ребёнок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день.

Течение адаптации:

Как же ребёнок проявляет себя в период адаптации?

1.Изменяются первичные формы поведения: аппетит, сон, эмоциональное состояние.

2.Нарушается ориентировочная реакция, игровая, двигательная активность.

Кризис адаптации имеет место у каждого ребёнка , но она может быть разной по степени тяжести. Персонал группы должен знать проявления клиники адаптации и уметь помочь ребёнку в этот трудный для него промежуток времени.

***Меры, облегчающие адаптацию.***

Необходимо заранее готовить ребёнка к поступлению в детское учреждение.

Рекомендации для родителей.

Рекомендации для воспитателей.

Факторы, влияющие на адаптацию.

В период адаптации необходимо учитывать следующие факторы:

1.Состояние здоровья и уровень развития ребёнка.

2.Возраст малыша.

3.Биологические факторы (относятся токсикозы и заболевания матери во время беременности, осложнения при родах и заболевания малыша в период новорожденности и первых трёх месяцев жизни) и социальные факторы (они выражаются в том ,что родители не обеспечивают организацию ребёнку правильного режима , соответствующего возрасту, достаточное количества дневного сна , не следят за правильной организацией бодрствования и др.)

4.Уровень тренированности адаптационных возможностей. (Формирование этого важного качества должно идти параллельно с общей социализацией ребёнка, с развитием его психики.)

Все эти факторы нужно знать, чтобы облегчить адаптацию ребёнка в детском учреждении.

***Исход адаптации.***

Адаптационный период считается законченным, если:

ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает, вовремя просыпается, играет. Длительность адаптации зависит от уровня развития ребёнка:

- если с ребёнком систематически занимаются дома, то ребёнок растет общительным и самостоятельными и период адаптации заканчивается за 10-12 дней;

- если у ребёнка слабо развита речь , низкий уровень самостоятельности , он не может обходиться без помощи взрослых ни в игре , ни при кормлении, ни при укладывании на сон, то период адаптации будет проходить сложнее и может растянуться на месяц и более, в тяжелом случае до полугода.

***Практические подходы к прохождению адаптации малышей:***

Воспитатель должен установить контакт с ребенком в первый же день. Но если у ребенка не сформирован опыт общения с незнакомыми людьми, на все действия воспитателя он реагирует негативно: плачет, вырывается из рук, стремится отдалиться, а не приблизиться к воспитателю. Ему нужно более длительное время, чтобы привыкнуть, перестать испытывать страх перед воспитателем. Нервозность, слезы мешают ему правильно и быстро воспринять заинтересованное, доброе отношение воспитателя.

В таком случае целесообразно разрешить маме побыть в группе. В ее присутствии ребенок успокаивается, страх перед незнакомым взрослым исчезает, ребенок начинает проявлять интерес к игрушкам. Мать должна побуждать его обратиться к воспитателю, попросить игрушку, сказать, какая тетя хорошая, добрая, как она любит детей, играет с ними, кормит. Воспитатель подтверждает это своими действиями: ласково обращается к малышу, дает игрушку, хвалит его костюм, показывает что-то интересное в группе и т.п.

В этом случае можно использовать алгоритм постепенного вхождения ребёнка в детский сад, предложенный И.В. Лапиной:

1-й шаг- приход ребёнка вместе с родителями только на прогулку;

2-ой шаг - приход ребёнка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности;

3-ий шаг- ребёнок остается один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;

4-ый шаг – ребёнок завтракает и остается один на 2-3 часа ;

5-ый шаг – ребёнок остается один с завтрака до обеда;

6-ой шаг – ребёнок остается на сон, но сразу после сна его забирают родители ;

7-ой шаг – ребёнок остается один на целый день.

**2.** **Создание целостной системы взаимосвязанной деятельности**

 **специалистов ДОУ с семьей в период адаптации.**

***Характеристика форм работы с родителями в адаптационный период.***

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

Цель этой работы: развивать педагогическую компетентность родителей, помогать семье находить ответы на интересующие вопросы в воспитании детей, привлекать их к сотрудничеству в плане единых подходов в воспитании ребёнка.

Задачами этой работы являются следующие параметры:

1.Выработать единый стиль воспитания и общения с ребёнком в ДОУ и семье.

2.Оказать квалифицированную консультацию и практическую помощь родителям по проблемам воспитания и развития ребёнка.

3.Сформировать у ребёнка чувство защищенности и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.

4.Активировать и обогатить воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях. При взаимодействии с родителями необходимо придерживаться следующими принципам:

-целенаправленность, систематичность, плановость;

-дифференцированный подход к взаимодействию с родителями с учетом многоаспектной специфики каждой семьи;

-возрастной характер взаимодействия с родителями;

-доброжелательность, открытость.

Ожидаемые результаты работы с родителями – это явление интереса родителей к работе ДОУ, к воспитанию детей, улучшению детско– родительских отношений; повышение компетентности родителей в психолого- педагогических и правовых вопросах; увеличение количества обращений с вопросами к педагогу , на индивидуальные консультации к специалистам; возрастание интереса к мероприятиям , проводимых в ДОУ; увеличение количества родителей – участников в совместных мероприятиях; рост удовлетворенности родителей работой педагога и ДОУ в целом.

Сотрудничество ДОУ с семьей – это взаимодействие педагогов с родителями, оно направленно на обеспечение единства и согласованности воспитательных воздействий.

***Регламентация педагогического взаимодействия специалистов с семьей в адаптационный период.***

*Заведующий*: проведение экскурсий по ДОУ, беседы с родителями, оформление родительских договоров.

*Старший воспитатель:* проведение социологических опросов (анкетирования), координация работы специалистов узкой специализации.

*Педагог-психолог*: диагностирование, психогимнастика, консультирование.

*Старшая медсестра*: консультирование, наблюдение за адаптацией, иммунопрофилактика.

*Инструктор по физкультуре*: проведение занятий с детьми и родителями с использованием различных оздоровительных технологий, досуговой деятельности.

*Воспитатели*: организация и проведение совместных специальных игр-занятий с детьми и их родителями, консультирование.

*Музыкальный руководитель:* проведение игр-занятий, постановки кукольного театра, консультирование.

В  соответствии с Законом РФ  «Об образовании» и ФГОС ДО одной из основных задач, стоящим перед детским садом, является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка». Достичь высокого качества образования воспитанников, полностью удовлетворить запросы родителей и интересы детей, создать для ребенка единое образовательное пространство, возможно только при проектировании системы взаимодействий ДОУ и семьи. Процессы в системе образования, его вариативность, инновационные программы, обусловили необходимость поиска решения проблем взаимодействия ДОУ с семьей, создания условий для повышения педагогической культуры родителей. Современные тенденции в развитии дошкольного образования объединены одним важным и значимым критерием – его качеством, которое непосредственно зависит от уровня профессиональной компетентности педагогов и педагогической культуры родителей.

Задача модернизации  взаимодействия семейного воспитания и ДОУ – развитие отношений «Ребёнок-педагог – родитель».

Любая инициатива педагога, обращенная к семье, должна быть нацелена на укрепление, обогащение связей и отношений ребенка со взрослыми.

Существуют традиционные и нетрадиционные формы общения с родителями дошкольников, суть которых – обогатить их педагогическими знаниями.

Традиционные формы  взаимодействия с семьей представлены: коллективными, индивидуальными и наглядно-информационными.

В настоящее время особой популярностью как у педагогов, так и у родителей пользуются нетрадиционные формы общения с родителями.

Они построены по типу игр и направлены на установление неформальных контактов с родителями, привлечение их внимания к детскому саду.

В новых формах взаимодействия с родителями реализуется принцип партнерства, диалога.  Положительной стороной подобных форм является то, что участникам не навязывается готовая точка зрения, их вынуждают думать, искать собственный выход из сложившейся ситуации.

Особая роль при любой форме организации взаимодействия с родителями отводится социологическим вопросам, анкетированию, тестированию родителей и педагогов.

Основной задачей  информационно-аналитических форм организации общения с родителями являются сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, общекультурном уровне его родителей, наличии у них необходимых педагогических знаний, отношении в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях родителей в психолого-педагогической информации.

Принципы, на основе которых строится общение педагогов и родителей это в первую очередь- общение на основе диалога, открытость, искренность в общении, отказ от критики и оценки партнера по общению.

Познавательные формы организации общения педагогов и родителей  способствуют изменению взглядов родителей на воспитание ребенка в условиях семьи.

Наглядно-информационные формы организации общения педагогов и родителей решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях ДОУ, позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы семейного воспитания, объективнее увидеть деятельность воспитателя.

Задачами наглядно-информационной формы является ознакомление родителей с ДОУ, с деятельностью педагогов и т.п.

Также, общение педагогов с родителями может быть не прямо, а через газеты, организацию выставок. Таким образом, взаимодействие родителей и педагогов в условиях ДОУ носят ярко выраженный специфический характер сотрудничества, т.к. изменились и содержание, и формы взаимоотношений между родителями и педагогам ДОУ.

Принцип взаимодействия с родителями носит целенаправленный, систематичный, плановый характер. К взаимодействию с родителями необходимо подходить дифференцировано с учетом многоаспектной специфики каждой семьи, необходимо учитывать и возрастной характер взаимодействия с родителями при этом соблюдая доброжелательность и открытость.

 ***Технология педагогической поддержки ребёнка и семьи в адаптационный период***

Этапы работы с детьми в период адаптации:

Вся работа с детьми 3-его года жизни, особенно на 1-ых этапах формирования группы, сводится к наблюдению за деятельностью и поведением детей в разные отрезки времени. Педагогу необходимо в течении всего адаптационного периода играть с детьми в различные игры ,стараться ввести в любые режимные моменты игру (ведь это основной вид деятельность ребёнка ) .

В адаптационный период необходимо соблюдать последовательность работы с семьей:

1.*Знакомство.* Ребенок, поступающий в ДОУ, совместно с родителями знакомится с группой, условиями пребывания, педагогами. Родителям предлагается совместное посещение группы в момент организации разнообразной жизнедеятельности. Мероприятия: новоселье, игры, развлечения, ритуалы встреч, прощания, оздоровительные прогулки. Знакомство с детским садом, встречи с сотрудниками.

2*. Индивидуальный режим****.*** Для ребенка устанавливается первичный, индивидуальный режим посещения. Лучший вариант включения ребенка в группу детей – это дневная или вечерняя прогулка, где дошкольнику доступны условия игры и совместного общения. Первые несколько дней родителям рекомендовано забирать детей до сна, постепенно по мере социализации личности, время пребывания увеличивается.

3.*Наблюдение за адаптацией к среде и заполнение данных. Составление схемы индивидуальной психологической помощи.* В группе пребывания детей 3-его года жизни педагогами заполняются адаптационные листы. Заполнение адаптационных листов происходит после 10, 20 и 60 дней пребывания воспитателем на группе.

Степень адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психическое развитие отстает от исходного  на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

По истечении периода адаптации на медико-педагогическом совещании ведется анализ степени адаптированности каждого ребенка.

4.*Организация диагностической работы***.** Постепенно, по мере активизации адаптационных возможностей у детей (первичная ориентировка в группе, помещении детского сада, территории, установлению контакта с детьми и взрослыми) педагог совместно с психологами организует диагностическую работу. Диагностика проводится предварительно согласовав с родителями.

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребёнка к ДОУ проводится в три этапа

1-ый этап. Первичная диагностика

Цель, которой определить факторы, которые могут затруднить адаптацию, и сильные стороны развития ребёнка, его адаптационные возможности. При этом используется анкетирование родителей,(приложение- прогноз адаптации; анкеты для родителей).Анкетирование проводится до прихода ребёнка в группу. На основе ответов родителей на вопросы анкеты составляют психологический портрет ребёнка с точки зрения особенностей его темперамента. Данные анкетирования дополняют беседой с родителями и наблюдениями воспитателей в первые дни пребывания ребёнка в ДОУ.

По полученным результатам определяют прогноз адаптации и составляют индивидуальный образовательный маршрут.

*БИБЛИОГРАФИЯ:*

1.Аралова М.А.’’ Игры с детьми раннего возраста :Методические рекомендации’’- М.:ТЦ Сфера .2008.-128 с.(Приложение к журналу «Воспитатель ДОУ»1 )

2.Афонькина Ю.А."Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ развитие ребенка раннего возраста" :Методическое пособие.-М.:АРКТИ,2010.-80 с.(Растем умными)

3.Белкина Л.В. ’’Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие’’- Воронеж ''Учитель '',2006.-236 с.

4.Горюнова Т.М. ''Развитие детей раннего возраста: Анализ программы дошкольного образования ''. –М.:ТЦ Сфера,2009.-128с.- (Программы ДОУ; Приложение к журналу «Управление ДОУ»)

5.Гуркина А.П. ''Формирование личности ребёнка в детском саду ''.- Учебно –методическое пособие к курсовым работам и спецсеминарам для студентов – заочников факультетов дошкольного воспитания пединститутов- М.”Просвещение“,1980.-111 с.

6.Дронь А.В., Данилюк О.Л. Взаимодействие ДОУ с родителями дошкольников. Программа «Ребёнок – педагог – родитель».- ПСб.: ООО «Детсво-Пресс»,2011.-196с.

7.Жердева Е.В. '' Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности , адаптация ,сценарии дня)'' .- Ростов н/Д: Феникс , 2008.- 186 с.

8.Заводчикова О.Г.'' Адаптация ребёнка в детском саду :взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи :пособие для воспитателей ''. – М.: Просвещение.2007. – 79 с.

9.Иванова Н.В. , Кривовицына О.Б. ,Якупова Е.Ю ''Социальная адаптация малышей в ДОУ ''. М.:ТЦ Сфера,2011.-128 с.-(Библиотека Воспитателя)

10.Ковалева И.В. ''Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста. Коррекционная программа ''.М.: Айрис – пресс ,2008.- 48 с.

11.Костяк Т.В. '' Психологическая адаптация ребёнка в детском саду: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений''.М.: Издательский центр ‘’Академия ‘’,2008. – 176 с.

12.Лапина И.В. '' Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа , психолого –педагогическое сопровождение , комплексные занятия''. Волгоград : Учитель, 2010.- 127 с.

13.Макарычева Н.В. '' Проблемы раннего детства :диагностика , педагогическая поддержка , профилактика :В помощь занимающимся воспитанием детей 2 – 3 лет''. – М .:АРКТИ, 2005.- 64 с.

14.Носова Е.А. , Швецова Т.Ю. '' Семья и детский сад : педагогическое образование родителей'' .- СПб. :ООО '' ИЗДАТЕЛЬСТВО ''ДЕТСТВО -ПРЕСС '',2009. – 80 с.

15.Оверчук Т.И. ''Воспитание детей раннего возраста в условиях семьи и детского сада(сборник статей и документов)''. СПб.: ''ДЕТСТВО – ПРЕСС’’, 2003. – 220 с.

16.Печора К.Л.'' Развитие и воспитание детей раннего и дошкольного возраста . Актуальные проблемы и их решение в условиях ДОУ и семьи '' .- М.:’’Издательство Скрипторий 2003’’,2006.- 96 с.

17.Русаков А.С. '' Адаптация ребёнка к детскому саду . Советы педагогам и родителям :Сборник . '' - СПб.: Речь , Образовательные проекты ;М.:Сфера, 2010.- 128 с.

18.Соколовская Н.В. ''Адаптация ребёнка к условиям детского сада : управление процессом , диагностика ,рекомендации ''.Волгоград : Учитель,2011.- 188 с.

19.Шитова Е.В.'' Работа с родителями :практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2 – 7 лет ''.Волгоград :Учитель,2009.-169с.