**Консультация – практикум**

***«Секреты успешной адаптации к условиям ДОУ»***

**Цель:** познакомиться с основными проблемами адаптации детей к условиям детского сада. Повысить педагогическую грамотности в вопросах адаптации и эмоционального благополучия детей.

***Адаптационный период и его особенности*.**

Адаптация - это процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс).

Временной период адаптации зависит от многих причин: от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка; от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы; от состояния здоровья; от смены обстановки, в которой привык находиться ребенок дома и той, в которую он попадает в дошкольном учреждении; от разницы в методах воспитания.

Сложный адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, болезнь, страх наказания.

***Существует несколько этапов адаптации:***

1 этап – подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада. Необходимо заранее подготовить ребёнка к поступлению в детский сад. Для этого надо: с первых дней жизни укреплять здоровье малыша, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

2 этап – приход в группу детского сада. На данном этапе очень важен первичный приём ребёнка, его впечатления. Хорошо бы если шкафчик и метку ребёнок выбрал сам. Выбор кровати тоже надо оставить за ребёнком. Что бы в следующий раз, когда малыш придёт в детский сад лучше ориентировался в пространстве и сразу находил свой шкафчик. Первую неделю лучше если ребёнок будет приходить на прогулку и оставаться на 2-3 часов. За это время он осваивает новую территорию, знакомится с другими детьми. Со следующей недели время можно увеличить, пригласить малыша на обед.

3 этап – постепенное привыкание. Со временем ребенок начинает понимать, что новая обстановка не несет опасности. Новые игрушки и совместные игры побуждают у него интерес. Любознательность и активность способствует тому, что ребёнок легче расстаётся с мамой. Малыш уже может без слез находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. Педагог должен поддерживать в нем уверенность, что после того как он покушает и поспит, мама обязательно его заберёт. Очень важно чтоб в первые 3-4 недели ребёнка не принуждали выполнять некоторые режимные моменты такие как: приём пищи против желания ребёнка, участвовать в занятиях, раздеваться для укладывания на сон.

После примерно месяца постоянного посещения детского сада в первой половине дня можно оставить малыша на сон. О том, что ребенка положат спать надо договариваться заранее. Когда малыш уснёт, оставлять его нельзя. Так как непривычная обстановка не способствует долгому сну. Позже ребёнок быстрей и лучше будет засыпать, мотивируя тем «что он поспит и за ним придёт мама». В течение одной-двух недель надо забирать ребенка сразу после сна. Таким образом можно сформировать положительное отношение ко сну в детском саду.

***Задачи воспитания на адаптационный период***

1. Необходимо создать атмосферу психологического комфорта.

2. Способствовать полноценному физическому развитию, формировать навыки здорового образа жизни у детей.

а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий каждому ребенку физический и психический комфорт;

б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;

в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;

г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

3. Закладывать основы будущей личности:

а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;

б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;

в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу.

*Следует работать в условиях следующей педагогической направленности:*

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

До приема детей в группу с родителями общаются специалисты: заведующая детским садом, методист, медики и, конечно, воспитатели групп. Специалисты раскрывают особенности работы детского сада, групп детей раннего возраста, знакомят с направлениями педагогической деятельности образовательного учреждения, отвечают на вопросы родителей.

2. Формирование у ребенка чувства уверенности.

Одна из задач адаптационного периода — помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т.д. Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо: знакомство, сближение детей между собой; знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми; знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты); знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.); знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

3. Приобщение ребенка в доступной форме к элементарным общепринятым нормам и правилам, в том числе моральным.

В этом направлении необходимо способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками: обращать внимание детей на ребенка, проявившего заботу о товарище, выразившего ему сочувствие. Формировать у каждого ребенка уверенность в том, что взрослые любят его, как и всех остальных детей. Воспитывать отрицательное отношение к грубости, жадности; развивать умение играть не ссорясь, помогать друг другу и вместе радоваться успехам, красивым игрушкам и т. п.

4. Охрана и укрепление здоровья детей.

 Дети, находящиеся в адаптационном режиме, постепенно знакомятся с мероприятиями здоровье сберегающих технологий и по мере привыкания активно участвуют во всех режимных моментах.

***Игры с детьми в период адаптации***

Основной вид деятельности малыша в этом возрасте – игра. Основываясь на это знание, нужно выстраивать воспитательную стратегию и находить формы взаимодействия с ребенком. Попадая в детский сад, дети, как правило, быстро откликаются на предложение взрослого поиграть. Для них – это привычное дело. Основная задача в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к взрослому.

1. **Игры, способствующие накоплению детьми опыта общения с малознакомыми взрослыми и детьми**

«Иди ко мне»

Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и зовет его к себе, приговаривая: «Иди ко мне, ты мой хороший!». Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: «Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!»

«Выдувание мыльных пузырей»

Взрослый на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, не дуя в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри.

«Хоровод с куклой» (проводится с 2-3 детьми)

Взрослый приносит новую куклу. Она «здоровается» с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла «предлагает потанцевать». Взрослый ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая простую детскую мелодию (например, «Веселую дудочку» М. Красива).

**2. Игры на формирование эмоционального контакта и доверия**

«Мяч»

Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а воспитатель, положив на его голову ладонь, приговаривает:

Друг веселый, мячик мой,

Всюду, всюду он со мной!

Раз, два, три, четыре, пять –

Хорошо мне с ним играть!

Ребенок убегает, а взрослый его догоняет.

«Игра с собачкой»

Воспитатель держит в руках собачку и говорит:

Гав-гав! Кто там?

Это песик в гости к нам.

Я собачку ставлю на пол.

Дай, собачка, Пете лапу!

Затем подходит с собачкой к ребенку, имя которого названо, предлагает взять ее за лапу, покормить. Приносит миску с воображаемой едой, собачка «ест суп», «лает», говорит ребенку: «Спасибо».

***Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению***

|  |  |
| --- | --- |
| ФИ ребенка | Психологические критерии адаптированности ребенка |
| Общий эмоц. фонповедения | Наблюдение за ребенком | Реакция на изменение привычной ситуации |
| Познавательная и игровая деятельность | Взаимоотношения со взрослыми | Взаимоотношения с детьми |
|  | Положительный | Неустойчивый | Отрицательный | Активен | Активен при поддержке взрослого | Пассивен/Реакция протеста | Инициативен | Принимает инициативу взрослого | Уход от взаимоотношений/Реакция протеста | Инициативен | Вступает в контакт при поддержке  | Пассивен/Реакция протеста | Принятие | Тревожность | Неприятие |
| Баллы | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

*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 баллов – 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 – низкий уровень адаптированности.** У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивное действие), 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 подсинение, подавленность напряженность).

Любите детей!

И тогда все сложные моменты в их жизни будут даваться им легко!