**Консультация для педагогов**

**«Условия успешной адаптации к детскому саду».**

*Подготовила: педагог-психолог: Пархоменко Инесса Николаевна.*

 При поступлении ребёнка в дошкольное учреждение происходит ломка стереотипов: из знакомой семейной обстановки малыш попадает в непривычную среду,таящую в себе много неизвестного:

• Четкий режим дня,

• отсутствие родителей,

• другой стиль общения,

• новые требования к поведению,

• постоянный контакт со сверстниками,

• новое помещение.

 Все эти изменения создают для ребёнка стрессовую ситуацию. Возрастная незрелость системы **адаптационных** механизмов приводит к психическому напряжению, в результате нарушается сон, аппетит, появляются различные страхи, малыш отказывается играть с другими детьми, часто болеет и т. д.

 **Адаптация** - процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее **условиям**.

Для **успешной адаптации ребенка к условиям** дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания. Чтобы процесс **адаптации прошел более успешно**, опираясь на положения ФГОС,ДОУ должно вести работу по следующим направлениям:

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;

 2.Формирование у ребенка чувства уверенности в окружающем мире *(формирование познавательной осведомлённости).*

 3.Приобщение ребенка к общепринятым моральным нормам и правилам *(формирование социальной осведомлённости).*

4.Работа с родителями;

5. Охрана и укрепление здоровья детей.

**1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе**

Для создания эмоционально благоприятной атмосферы в группе необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит, в первую очередь, от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пойдет **адаптация**. Практически любой малыш в первое время испытывает дискомфорт от размеров групповой комнаты и спальни - они слишком большие, не такие, как дома. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно *«одомашнить»* группу. Зрительно уменьшить помещение, сделать его более уютным, красивые занавески на окнах, бордюр по верхнему краю стены.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовывала маленькие *«комнатки»*, в которых дети чувствовали бы себя комфортно. Хорошо, если в группе имеется небольшой *«домик»*. Желательно рядом с *«домиком»* разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние ребенка.

Необходим в группе спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность **детей в движении**. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Психологи и физиологи установили, что изодеятельность для ребенка не только и не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом **детей** к карандашам и бумаге поможет решать эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами - маркерами, на прикрепленном к стене листе бумаги. Внимательному воспитателю цвет, который выбран для рисунка, поможет понять, как в данный момент на душе у ребенка - тоскливо и тревожно или, наоборот, светло и радостно.

Умиротворяющее действуют на **детей** игры с песком с водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период **адаптации** главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребенок чувствует себя неуютно в большой комнате, возня других **детей отвлекает**, не дает возможности расслабиться и уснуть. Такая простая вещь, как прикроватная занавеска может решить ряд проблем: создать ощущение психологического комфорта, защищенности, придать спальне более уютный вид, а главное - эта занавеска, которую сшила и повесила при ребенке мама, как и любимая игрушка, с которой он ложится спать.

В период **адаптации** надо временно сохранить привычные для ребенка приемы воспитания, даже если они противоречат установленным в детском **саду правилам**. Перед сном малыша можно покачать, если он к этому привык, дать игрушку, посидеть рядом, рассказать сказку и т. п.

Ни в коем случае нельзя насильно кормить или укладывать спать, чтобы не вызвать и не закрепить на долгое время отрицательного отношения к новой обстановке.

Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период **адаптации потребность детей** в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках дает ему чувство защищенности, помогает быстрее **адаптироваться**.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе *«семейный»* альбом с фотографиями всех **детей** группы и их родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких.

**2. Формирование у ребенка чувства уверенности в окружающем *(формирование познавательной осведомлённости).***

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 к общепринятым моральным нормам и правилам *(формирование социальной осведомлённости).***

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 заботливы и доброжелательны к нему, как и ко всем остальным детям. Воспитывать отрицательное отношение к грубости, жадности; развивать умение играть не ссорясь, помогать друг другу и вместе радоваться **успехам**, красивым игрушкам и т. п.

**4. Работа с родителями.**

В период **адаптации** взаимодействие воспитателя с родителями приобретает особое значение. Ни родитель, ни педагог не могут облегчить процесс **адаптации в одиночку**. Только выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в ДОУ – важнейшее **условие**, облегчающее ему **адаптацию** к перемене в образе жизни.

Еще до поступления малыша в группу следует установить контакт с семьей. Все привычки и особенности ребенка сразу выяснить сложно, но в ознакомительной беседе с родителями можно узнать, каковы характерные черты его поведения, интересы и склонности.

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку, так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был **свидетелем** слез и отрицательных эмоций других **детей** при расставании с мамой.

Родители, отдавая ребенка в детский сад, испытывают тревогу за его судьбу. Чутко улавливая состояние и настроение своих близких *(особенно мамы)* ребенок тоже тревожится. Поэтому наша задача - успокоить, прежде всего взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период **адаптации**.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его **консультации**, наблюдения и пожелания. К тому же, если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее **адаптируется в новой обстановке**.

5. Правильная организация игровой деятельности в **адаптационный период**, направленная на формирование эмоциональных контактов *«ребенок - взрослый»* и *«ребенок - ребенок»*.

Основная задача игр в **адаптационный** период – формирование эмоционального контакта, доверия **детей к воспитателю**. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека *(как мама)* и, к тому же, интересного партнера по игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей **детей**, места проведения и т. д. Например,: *«Пришел Петрушка»*, *«Выдувание мыльных пузырьков»*, *«Хоровод»*, *«Догонялки»*, *«Солнечные зайчики»*, и т. д.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно *«пальчиковыми»* играми.

Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений: *«Кто в кулачке»*, *«Игра с кистями рук»* и т. д.

Такие игры, как *«Книжка - угадай-ка»*, *«Вместе с мишкой»*, *«Чертим разные фигуры»*, *«Игры с куклой»* не только ободрят робкого и развеселят плачущего, но и успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.

Сгладить **адаптационный** период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также следует создавать **условия** для самостоятельных упражнений: предлагать малышам каталки, машинки, мячи.

Если дети не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры.

В значительной мере помогут **адаптироваться игры**, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность. **Безусловно**, в проведении любого процесса главная роль принадлежит воспитателю. Создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми и детьми, он обеспечивает решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым **условиям** и те самым ускоряет и облегчает протекание **адаптационного процесса**.

**6. Охрана и укрепление здоровья детей.**

Оздоровление малышей, культивирование здорового образа жизни, воспитание культурно-гигиенических навыков – именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования и выделены в ФГОС в отдельную образовательную область.

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

+❤ В Мои закладки

**Памятка по организации педагогического процесса для успешной адаптации ребенка к детскому саду.**

\*В период **адаптации** устанавливается индивидуальный режим для каждого малыша с учетом рекомендации врача, психолога, но постепенно все дети переводятся на общий режим.

\*Во время **адаптационного** периода необходимо учитывать все индивидуальные привычки ребёнка даже вредные и ни в коем случае не перевоспитывать его.

\*Необходимо подготовить предметную развивающую среду, приближенную по содержанию к возрастной группе.

\*Взрослым следует организовать эмоционально насыщенное общение с детьми.

\*Периодически включать спокойную, не громкую музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательна.

\*Лучшее лекарство от стресса-смех. Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Используя игрушки забавы, мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчик, лисичка, клоуны.

\*Необходимо исключить однообразие жизни **детей** определить тематические дни.

\*Исключить интеллектуальные и физические перегрузки.

\*Необходимо присматриваться к индивидуальным особенностям каждого ребёнка и стараться во время понять, что стоит за молчаливостью, спокойствием, пассивностью некоторых **детей**.

\*Непременное правило – не осуждать опыт ребенка никогда не жаловаться на него родителям. Все проблемы ребенка становятся для педагога профессиональными проблемами.

\*Ежедневная беседа с родителями об **успехах ребенка**.

**Самая главная задача, которую должны решить работники детского сада в период адаптации – сделать детский сад для ребенка желанным.**

*Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность.*