**Консультация для педагогов**

**«Успешная адаптация детей к детскому дошкольному учреждению**

**посредством обеспечения благоприятных условий».**

Актуальность проблемы адаптации детей к ДОУ занимает в дошкольной педагогике ведущее место. Это связано с тем, что детский сад – новый период в жизни ребенка и поступление в него сопряжено с тяжелыми переживаниями, сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка. Ведь адаптация - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, психологическом, социальном.

 Трудности, возникшие у детей в период адаптации могут привести к самой неблагоприятной ее форме – дезадаптации, которая проявляется в нарушениях дисциплины, игровой и учебной деятельности и взаимоотношений со сверстниками и воспитателями.

 В последнее время повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения с 1,5 лет до 3 лет, с одной стороны, и усиление образовательной нагрузки, с другой стороны, делают проблему привыкания  младшего дошкольника к условиям детского сада особенно актуальной.

 В процессе адаптации участвуют все системы организма. В том числе снижаются и защитные силы организма - что может привести к заболеванию ребенка. Анализ заболеваемости показывает, что пик приходится на первый месяц поступления в детское дошкольное учреждение, то есть на период адаптации.

 К сожалению, нередко этот процесс протекает сложно и болезненно. Ребенок может отказаться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки.

 Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности, высокая «цена», которую платит организм ребенка за достигнутые успехи, определяет необходимость тщательного учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к дошкольному учреждению и, наоборот, замедляющих ее, мешающих адекватно приспособиться.

 Поэтому необходимо помочь ребенку адаптироваться, привыкнуть к новым условиям существования, необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

 Ведущая педагогическая идея опыта заключается в создании благоприятных условий для успешной адаптации детей к дошкольному учреждению.

 Научная проблема, на решение которой направлен опыт работы, отражена во многих исследованиях и трудах великих русских педагогов и психологов, идеи которых взяты за основу моего опыта работы. Большинство отечественных исследований по проблеме адаптации носят теоретико-аналитический  характер. О сложности адаптационного периода для детей и родителей писали Е.В.Антонова, Р. М. Грановская, Л.Г. Дикая, И.А.Джидарьян, И.П.Лапин, А.В.Махнач, И.М.Никольская, Н.А.Русина, Н.И.Сирота.  В результате анализа научной литературы я пришла к пониманию того, что адаптация ребенка к ДОУ складывается из психологической и физиологической адаптации. Причем психологическая адаптация заключается  в отрыве от домашней обстановке, вхождение в социум, является ключевой проблемой «детсадовцев». Именно поэтому основной акцент в своей работе я сделала на психологическую адаптацию, при этом физиологическая адаптация детей ни в коей мере не умаляется и работа по ней проводится параллельно.

**Выделяют три стиля, с помощью которых ребенок может адаптироваться к окружающей среде**:

а) творческий стиль- ребенок старается активно изменять условия окружающей среды, приспосабливая ее к себе, и таким образом, приспосабливается сам;

б) конформный стиль - ребенок просто привыкает, пассивно принимая все требования и обстоятельства окружающей среды;

 в) избегающий стиль - ребенок пытается игнорировать требования среды, не хочет или не может приспособиться к ним. Наиболее оптимальным, является творческий  стиль.  Наименее оптимальным - избегающий. При обобщении опыта мною были использованы методические разработки и рекомендации  Е. Арнаутовой,  Е.В. Жердевой, Л.В. Белкина, Р.В. Тонковой-Ямпольской, Л.Г. Голубева, А.И. Мышкис.

 Проанализировав научные разработки Р.В. Тонковой-Ямпольской, Л.Г. Голубева, А.И. Мышкис, а также психолого-педагогические труды Ш.А. Амонашвили, Г.Ф. Кумарина, А.В. Мудрик, И.П. Подласый, Е.А. Ямбург  по проблеме психологической и физиологической адаптации детей к условиям ДОУ я пришла к выводу о необходимости усилить работу по данному направлению в нашем детском саду.

**Наша цель** - успешная адаптация детей к детскому дошкольному учреждению посредством обеспечения благоприятных условий.

 Для ее достижения необходимо решить следующие задачи:

 1. Оптимизировать процесс психологической адаптации  детей в ДОУ:

  - снизить уровень тревожности;

 - создание комфортной ситуации;

 - формирование социальной коммуникабельности

 2. Оптимизировать процесс физиологической адаптации:

 -  снизить уровень заболеваемости воспитанников ДОУ;

 - поднять уровень физической культуры детей.

3. Гармонизировать психологическую и физиологическую адаптацию.

 Учитывая вышеизложенное, в работе необходимо придерживаться следующих принципов:

 - принцип соответствия возрастным и психологическим особенностям;

 - принцип последовательности и поэтапности внедрения и применения методик;

 - принцип комплексности;

 - принцип творческой активности.

 Работа по организации адаптации детей к дошкольному учреждению должна начинаться задолго до поступления ребенка в ДОУ. Изучение ребенка до поступления в ДОУ начинается со знакомства с образом жизни его семьи. Для этого проводится анкетирование родителей из которого делалются выводы о готовности ребенка к поступлению в ДОУ. Продолжаем знакомство с детским садом заочно по фотоальбомам: «Наш любимый детский сад», «Мы ждем тебя малыш», где рассказывается о жизни детей в детском саду.

С целью обеспечения индивидуализации и дифференциации подхода к детям, проводится диагностика физического состояния и психологической готовности ребенка к посещению ДОУ.

 Работа, во время адаптационного периода детей ведется по следующим направлениям:

 - создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;

 - формирование чувства уверенности в детях.

 Одна из задач адаптационного периода - помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоится в новой среде, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А так он почувствует себя лишь тогда, когда узнает и поймет, какие люди его окружают, в каком помещении он живет. Решению этой задачи, начиная с первого дня в детском саду, посвящается все первое полугодие. Для формирования чувства уверенности в окружающем мире знакомство проводится в игровой форме.

 Для этого первое знакомство с воспитателями и детьми должно проходить в благоприятной, насыщенной   положительными   эмоциями   обстановке.   При   этом необходимо присутствование   обоих воспитателей группы и родителей детей.

 После представления нового члена детского коллектива проводится серия игр, закрепляющих в памяти детей информацию о вновь прибывшем товарище.

 Следующим ключевым моментом является знакомство с группой в игровой форме:

 В организацию адаптационного периода можно включать **элементы театрализованной деятельности**:

 - показ настольного театра «Теремок»,

 - драматизация сказки «Как собака друга искала»

 - инсценирование потешки «Курочка Рябушечка»

 - игра инсценировка «Сварим из овощей вкусный суп»

 На протяжении всего адаптационного периода проводятся игровые занятия, основными задачами которых являютя: преодоление стрессовых состояний у детей,  эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии; развитие навыков взаимодействия детей друг с другом; развитие речевой активности, восприятия, внимания; развитие общей и мелкой моторики, координации движений; развитие игровых умений и навыков. Такие как: «Уложим куклу спать», «Ох красивый теремок – очень-очень он высок», «Чаепитие», «Устроим кукле комнату», «Мы встречаем гостей», «Купание куклы Кати», «Встреча с доктором Айболитом», «Рассмешим наши игрушки».

Необходимо использование в работе **приемов, которые позволяют затормаживать отрицательные эмоции малышей**:

 - игры с песком и водой: «Ловись рыбка», «Дождик как-кап-кап», «Плыви кораблик», «Печем пирожки», «Вымоем машину».

 - пальчиковые игры: «Погладим котенка», «Наш малыш», «Мальчик-пальчик», «Сорока», «Домик».

 - монотонные движения руками (нанизывание колец пирамидки или шариков с отверстием на шнур).

 - сжимание кистей рук (малышу предлагали резиновую игрушку-пищалку).

 - рисование фломастером, красками.

 - слушание спокойной музыки: «Утро» (А. Григ), «Мелодия» (Глюк).

 - занятия смехотерапией.

В основную часть занятия необходимо включать игры и упражнения, которые позволяют детям интенсивно двигаться, свободно выражать возникающие эмоции, взаимодействовать с окружающими.

 Завершать занятие играми малой подвижности, подводящих детей к успокоению. Дети этого возраста хорошо воспринимают материал, объединенный единым сказочным – игровым сюжетом. Проявляющаяся в этом возрасте у детей синтония (эмоциональное заражение), с помощью игр позволяет быстро переключать внимание детей с дружного плача на прыжки, хлопанье, топание, подражание, таким образом, объединяя детей и создавая положительный эмоциональный настрой.

В течение дня важно использовать потешки, пестушки, колыбельные песенки, детские песенки. С помощью них малыши приобретали необходимые знания, дающие уверенность в своих силах, тепло, ласку, любовь, радостные восприятия окружающего мира.

Важную роль в облегчении адаптации играет предметно-развивающая среда в группе, которая способствует снижению стресса у детей, обеспечивает их комфортное состояние.

**Предметно - развивающая среда** должна соответствовать таким характеристикам, как:

 - разнообразие (наличие всевозможного игрового и дидактического материала для сенсорного развития, продуктивной и музыкальной деятельности, организации двигательной активности);

 - оптимальная насыщенность (без чрезмерного обилия и без недостатка);

 - стабильность (материалы и пособия имели постоянное место);

 - доступность (исключали высокую мебель и закрытые шкафы);

 - эмоциогенность (среда яркая, привлекающая внимание ребенка, вызывающая положительные эмоции);

 - зонирование (не пересекаются игровые и учебные зоны).

Также, в процессе адаптации, приветствуется, когда дети приносят с собой из дома любимые игрушки.

Для создания эмоционально благоприятной атмосферы в группе мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовывала  маленькие "комнатки", в которых дети чувствуют 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 человека.  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 .

Гибкий график посещения в период адаптации позволяет разработать индивидуальный режим дня для каждого ребенка. Так, дети с легкой адаптацией, как правило, приходят с утра, детей со средней или тяжелой адаптацией приглашают сначала на прогулку или во второй половине дня. Первые дни ребенок находится в группе с мамой, время его пребывания увеличивается постепенно, также постепенно новичка приучают к системе требований детского сада.

В период адаптации взаимодействие воспитателя с родителями приобретает особое значение. Ни родитель, ни педагог не могут облегчить процесс адаптации в одиночку.

**При общении с семьями воспитанников**  должны учитыватся типы семейных отношений. Родителей необходимо сделать своими союзниками в вопросах адаптации.

 Основными формами работы детского сада и семьи являются:

 - консультации;

 - анкетирование;

 - родительские собрания;

 - беседы;

 - выставки;

- папки передвижки.

**Адаптационный период считается законченным, если**:

 • Ребенок ест с аппетитом;

 • Быстро засыпает, вовремя просыпается;

 • Эмоционально общается с окружающими.

 • Играет.