

Консультация для воспитателей «Оказание помощи в период адаптации к условиям детского сада».

Подготовила: педагог – психолог
Сергеева Ирина Игоревна

Как примут **ребенка в детском коллективе**? Какие отношения сложатся с воспитателем? Не будет ли часто болеть? Насколько быстро привыкнет, **адаптируется к новой среде**?

Привычные **родительские волнения**, тревоги....

Такие же проблемы встают и перед воспитателем, принимающим в свою группу новичков. И они обоснованы, поскольку известно: изменение социальной среды сказывается как на психическом, так и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требуют те (полутора-двух лет, которым предстоит перейти из достаточно замкнутого круга в мир социальных контактов.

Новые условия и как ответная реакция, новые формы поведения требуют определенных усилий и со стороны **ребенка**. От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в **детское учреждение**, зависят и течение **адаптационного периода** (*который может продолжаться и полгода*) и его дальнейшее развитие.

При поступлении ребёнка в дошкольное учреждение происходит ломка стереотипов – из знакомой семейной обстановки малыш попадает в непривычную среду, таящую в себе много неизвестного. Чёткий режим дня, другой стиль общения, отсутствие родителей, 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 детками, часто болеет и т. д.

Характер **адаптации** зависит от нескольких факторов:

1. Возраста (*труднее всего переносят изменения условий жизни*)
2. Состояния здоровья и уровня развития ребёнка.
3. Биологического и социального анамнеза.

В детском саду попытки решения проблемы **адаптации** в основном сводятся к рекомендациям родителям максимально приблизить режим дня ребёнка к режиму детского сада. Кроме того, у некоторых **воспитателей** сложились упрощённые представления об эмоциональных реакциях детей, впервые пришедших в детский сад. Они считают, что плач и капризы - результат избалованности и изнеженности в семье. В таких случаях процесс **адаптации затягивается**, у ребёнка формируется защитно-оборонительная реакция и, как следствие, негативное отношение к детскому саду.

Чтобы этого не произошло, необходим комплексный подход к решению проблемы **адаптации**:

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.
2. Работа с родителями, которую желательно начать ещё до поступления ребёнка в детский сад.
3. Правильная организация игровой деятельности в **адаптационный период**, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребёнок – взрослый» и «ребёнок-ребёнок» и обязательно включающей игры и упражнения.

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Необходимо сформировать у ребёнка 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 ребёнок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдёт **адаптация**.

Практически любой малыш в первое время испытывает дискомфорт от размеров групповой комнаты и спальни - они слишком большие, не такие, как дома. Чтобы ребёнку было приятно приходить в детский сад, нужно «*одомашнить*» группу. Зрительно уменьшат помещение, сделают его более уютным красивые занавески на окнах, бордюр по верхнему краю стены.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие «*комнатки*», в которых дети чувствуют себя комфортно. Хорошо, если в группе имеется небольшой «*домик*», где **ребёнок может побыть один**, поиграть или отдохнуть.

Желательно рядом с «*домиком*» разместить живой уголок. Растения и вообще зелёный цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

Необходим в группе и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность двух-трёхлетних детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребёнка появилось желание заниматься в нём.

Дети младшего возраста ещё не владеют речью настолько, чтобы выразить чётко свои чувства и эмоции. А некоторые, особенно первое время, просто боятся или стесняются это делать. Не выраженные эмоции (*особенно негативные*) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, - никаких внешних причин для этого нет.

Изодеятельность для ребёнка даёт возможность выплеснуть на бумагу свои чувства, поэтому 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.

Внимательному **воспитателю**, цвет, который выбран для рисунка, **поможет понять**, как сейчас чувствует себя **ребенок**.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры летом легко организовать на улице. В осеннее-зимнее время нужно иметь уголок песка и воды в помещении.

Для увлекательных игр используются ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки.

Как показывают наблюдения, по мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, труднее и позже нормализуется сон.

Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребёнок чувствует себя неуютно в большой комнате, возня других детей отвлекает, не даёт возможности расслабиться и уснуть.

Может использоваться любимая игрушка, с которой он ложится спать.

В **период адаптации** надо временно сохранить привычные для ребёнка приёмы **воспитания**, даже если они противоречат установленным в детском саду правилам. Перед сном малыша можно покачать, если он 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 ребёнком, **периодическое пребывание ребенка** на руках даёт ему чувство защищённости, **помогает быстрее адаптироваться.**

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребёнку хочется, чтобы мама всё 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 и уже не так тосковать вдали от дома.