**[Консультация для педагогов «Адаптация детей в детском саду». Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду](http://www.kolobok61.ru/konsultaciya-dlya-roditelej-adaptaciya-detej-2-3-let-v-detskom-sadu-kak-oblegchit-rebenku-privykanie-k-detskomu-sadu/)**

**Адаптация** - это привыкание организма к новой обстановке и новым условиям жизни. Для ребенка детский сад и есть такая обстановка с неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

**Адаптационный процесс может иметь разную степень тяжести:**

***Тяжелая степень адаптации***- дети реагируют на перемену обстановки нервным срывом, частыми затяжными простудными и другими заболеваниями, потерей ранее полученных знаний и навыков. Это наиболее неблагоприятный вариант.

***Поведение ребенка:*** Контакт с ребёнком удаётся установить с трудом (часто только через родителей). Ребенок переходит от одной игрушки к другой, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей.

***Средняя степень адаптации* -**дети без нервных расстройств - они в детском саду "всего лишь" начинают часто болеть. Еще бы, происходит "обмен" всевозможными инфекциями. У таких детей начинаются ОРЗ и прочие неприятности. Причем, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

***Поведение ребенка:*** Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

***Легкая адаптация* -** почти половина детей составляет самую благополучную группу - они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Любые изменения кратковременны и незначительны, поэтому ребенок болеет редко.

***Поведение ребенка:*** Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, настроение бодрое или спокойное, мимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.

***Общая задача воспитателей и родителей*** – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужно подготовительная работа.

Необходимо предварительное знакомство воспитателей с ребенком и родителями. И начинаться такая работа должна до прихода ребенка в детское учреждение. Перед поступлением ребенка в детский сад я обсуждаю с родителями следующие проблемы:

1. Как в семье проводятся режимные процедуры? Интересуется, как ребенок пользуется туалетом, как засыпает, просыпается, умеет ли есть сам, поют ли колыбельные песни перед сном?
2. Какой тип общения предпочитает ребенок?

Если выясняется, что ребенок предпочитает только эмоциональным общение со взрослыми, то я советую родителям побольше играть с ребенком с предметами, с сюжетными игрушками, стимулируя его инициативу в общении, поддерживая любознательность.

1. Стремится ли ребенок к самостоятельности в самообслуживании и в ходе режимных процессов?

Если ребенок привык к тому, что все за него делают взрослые, я обращаю внимания родителей на то, чтобы они поощряли любое стремление ребенка сделать что-то самостоятельно, поддерживали его желания самому есть, одеваться и т. д.

1. Умеет ли ребенок общаться с другими детьми?

Если малыш испытывает трудности в этой сфере, советую родителям почаще водить его на детские площадки, приглашать в гости его сверстников, играть с ними в игры-забавы, поощряя положительные эмоциональные проявления по отношению к друг другу, помогая налаживать совместную игру и улаживая конфликты.

*Лучше постепенно, с каждым днем увеличивать время пребывания ребенка в детском саду.* Если по приходу в сад, ребенок продолжает следовать за мамой, то следует его посадить на стульчик, предложить рассмотреть его любимые игрушки. Так же организовывать подвижные игры «Едим по дорожке», «Солнышко и дождик», *(при этом вносить красивый настоящий зонт)*, «По ровненькой дорожке идут наши ножки» провожу пальчиковую гимнастику «Пальчик –пальчик, где ты был?»

Когда ребенок без конца повторяет «мама придет», то лучше отвлечь ребенка играми «Шнуровка», «Застегивание, расстегивание». Предлагать ему убрать игрушки. Также предлагать поиграть с музыкальными игрушками: колокольчик, бубен, гармошка, барабан, дудочка, трещотки и т. д.

*Лучшие лекарства от стресса - смех.* Желательно создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся, для этого можно вносить игрушки -забавы; продолжать говорить шутками, прибауткам, петь веселые песенки.

**Ошибки, допускаемые воспитателем детского сада**

* Не принимаем присутствия мамы в адаптационный период в группе с ребенком.
* Зная ведущую роль взрослого в развитии ребенка, в период адаптации забываем о ней. Оказавшись в незнакомой обстановке без близких ребенок мобилизует свои силы и самостоятельно пытается наладить контакт с незнакомым человеком (просится на руки, ходит, держась за платье и т.д.). Взрослый, успокоив отчаявшегося, предлагает: «Смотри, сколько у нас интересных игрушек!», перебрасывая малыша сразу на третью ступень. Еще сложнее, когда малыша перебрасывают сразу не четвертую ступень: «Смотри, сколько у нас детишек! И никто не плачет. Иди, поиграй с ними!». А ведь каждому практическому работнику хорошо известно: новенький даже не двинется в сторону сверстников. На самостоятельную ориентировку в чужой для ребенка обстановке уходит от 1 до 6 месяцев.
* Если период адаптации начинается, когда группы еще полностью не открыты и адаптирующихся детей объединяют в одном помещении, а после адаптации отправляют в основную возрастную группу, то малыши повторно проходят испытания адаптацией, нарушается первейшая задача дошкольного учреждения – заботиться о здоровье ребенка.
* Если взрослые в группе работают напряженно, без улыбок, речь скупа на эмоции - дети чутко улавливают настроение взрослых, заражаются им, но не находят успокоения в таком примитивном общении.

**Памятка для воспитателя по созданию условий в адаптационный период**

1. Присутствие кого-либо из членов семьи (мамы или бабушки) необходимо вплоть до окончания адаптационного периода.
2. Придерживаться гибкой системы постепенного введения детей в новые условия жизни:
   * первое знакомство с ДОУ, как правило, проходит на прогулке

(предпочтительнее в вечернее время) и длится не более 30-40 минут. У каждого малыша свой ритм адаптации, с учетом этого время пребывания ребенка в детском саду увеличивается постепенно: сначала он приходит только на прогулку, затем к началу утренних занятий и уходит домой к концу прогулки;

* прогулка для детей своеобразная передышка. Во-первых, они несколько успокаиваются, когда с них не снимают одежду, а наоборот, надевают свою, знакомую. Во-вторых, на участке дети почти не плачут: в их жизненном опыте уже были и скамейка, и песочница. В-третьих, на прогулке у воспитателя появляется реальная возможность не спеша поговорить с новеньким, взяв за руку, походить с ним. Возвращение с прогулки – это опять поток слез. Поэтому лучше всего на таком эмоционально-положительном всплеске расстаться с малышом, передав его родителю;
* завтрак, обед и дневной сон должны проходить в домашней обстановке. Со временем ребенок будет обедать в дошкольном учреждении, а потом завтракать, а к окончанию адаптационного периода и спать днем вместе со сверстниками.

1. На время адаптационного периода следует несколько скорректировать режим дня. Первые 15-20 дней выводить на прогулку сразу после завтрака, использовать игры на сближение, эмоциональное общение, подвижные игры, наблюдения.
2. Воспитателю следует доброжелательно, без напряжения встречать нового ребенка и его маму. В трудные моменты проведения режимных процессов опираться на непосредственную помощь мам, находить возможность в присутствии детей делать подарки - самоделки.
3. С целью снятия эмоционального дискомфорта и напряженного состояния ограничить число взрослых, посещающих группу.