**Консультация для молодого специалиста**

**«АДАПТАЦИЯ К УСЛОВИЯМ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**Осуществление набора детей в детский сад и комплектование  групп раннего возраста, большая и серьёзная работа для администрации, медицинского персонала и педагогов групп. Для воспитателей работа в период адаптации особенно сложна, так как именно им достаются все слёзы и капризы детей, сложности в работе с родителями, которые не понимают, или не хотят понимать того, что происходит с их ребенком.**

**С чего начать организацию работы в группе дошкольников педагогам?**

**Как помочь детям как можно быстрее и наиболее безболезненнее привыкнуть к условиям пребывания в детскому саду?**

**Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, к новым условиям существования.**

           Адаптация ребёнка к условиям детского сада, к условиям организованного коллектива зависит от многих факторов: во-первых, от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, во-вторых,  характера семейных отношений и, в-третьих, от того, что является наиболее важным- как мы, педагоги ДОУ наладим взаимоотношения и с родителями, и с детьми.

В каком бы возрасте ребёнок ни пришёл впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, которое необходимо как можно деликатнее смягчить. Каждый ребёнок по-своему реагирует на эти изменения:

у детей до трёх лет, скорее всего, будут проявляться беспокойство, страх, проявление навязчивых состояний и депрессивных реакций (заторможенности, вялости, безучастности).

После трёх лет, будут преобладать повышенная возбудимость, раздражительность, капризность, упрямство и негативизм.

 Отечественные психологи сравнивают это состояние с состоянием космонавта  в период подготовки к полёту в космос. Почему?

 На ребёнка действуют сразу несколько психотравмирующих факторов:

1.  ломается привычный стереотип жизни ребёнка, в котором он чувствовал себя спокойно и уверенно, так как уже привык к нему и уже знал, что будет происходить в определённые моменты его жизни.

2.  разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребёнке с его рождения. Это порождает ощущение тревоги, неуверенности, незащищённости, к которому часто примешивается чувство похожее на, что ребёнка покинули, бросили.

3.  совершенно не привычно для ребёнка и представляет значительную нагрузку для его нервной системы пребывание среди большого количества для него (15-20) сверстников. Ребёнок включается в достаточно сложную систему отношений, распределения игрушек и внимания взрослого, согласование намерений и желаний разных детей. Даже определённый уровень шума, в посещаемой им группе, может быть по началу сильным психотравмирующим фактором.

Для того, чтобы привыкание ребёнка к детскому саду протекало максимально безболезненным, необходимо сделать его поэтапным, постепенным. Работа должна строиться в несколько этапов:

**1 этап. Работа заведующей с родителями.**

Она проводит первые беседы с родителями, собирает сведения о ребёнке, его семье, об условиях, в которых он воспитывался, об уровне его общего развития. Заведующая знакомит с системой работы ДОУ: образовательной программой, организацией режима жизни детей в детском саду. Рассказывает о работе специалистов, направленной на обеспечение оптимальной  адаптации ребёнка, ориентирует родителей на участие в этой работе. Помимо ознакомительной функции эта беседа решает и ряд

психологических задач: создание положительного отношения к ДОУ, снятие тревожности родителей за своего ребёнка (родитель должен быть уверен, что его ребёнку будет хорошо).

Составляет график постепенного приёма детей в группу. Он позволяет воспитателю правильно распределять внимание, организовать воспитательное воздействие, наладить процесс адаптации поступающих детей. В нашем детском саду разработан «План первостепенных мероприятий по предупреждению дезадаптации детей при приёме в группу ДОУ». Он координирует действия заведующей, медицинского персонала, педагога-психолога и воспитателей групп в период набора детей в дошкольное учреждение.

**2 этап. Работа воспитателя с родителями.**

Этот этап работы содержит целый комплекс мероприятий. Назову обязательные: показать маме все помещения группы, объяснить, что у ребёнка будет свой шкаф для раздевания, кровать, полотенце и горшок, дать информацию о проведении занятий и режиме дня.  Выясните, какой режим у ребёнка дома, постарайтесь убедить маму, что режим детского сада желательно соблюдать ив выходные дни. Очень важно спросить у мамы, как она настроена, что её тревожит в связи с поступлением ребёнка в детский сад. Пусть подробно расскажет вам, что её беспокоит, и вы вместе обсудите, как облегчить период адаптации. Важно, чтобы мама почувствовала, что вы выделяете её малыша из общей массы детей и готовы принимать во внимание особенности его характера. Договоритесь точно, когда ребёнка в первый раз приведут в детский сад. Желательно утром, ближе к концу завтрака, накормленного.

 Конечно, работа воспитателя с родителями на этом не заканчивается, а только начинается.

**3 этап. Работа воспитателя с детьми.**

Процесс адаптации ребёнка, во многом зависит от того, насколько точно и максимально быстро, воспитатель сможет понять нужды, интересы, наклонности ребёнка, своевременно снять эмоциональное напряжение.

Поэтому, как только ребёнок переступил порог группы, мы с вами всегда должны помнить о том, что:

все проблемы ребёнка – становятся профессиональными проблемами педагога, и перекладывать вину на родителей, если они не сумели должным образом подготовить ребёнка к детскому саду, мы не имеем права.

не осуждать опыт ребёнка, никогда не жаловаться на него родителям.

малыш, оторванный от привычной среды и родных ему людей, не может чувствовать себя хорошо, и даже если он не плачет, это не означает, что всё нормально. Он переживает не меньше плачущего, а порой и более глубже, чем плачущий, и его ответной реакцией может быть скорое заболевание.

          Сведения о ребёнке воспитатель получает в процессе беседы с родителями, а также в ходе наблюдений за ребёнком.  Уже в процессе первых наблюдений воспитатель может получить достаточно важную информацию о ребёнке, его темпераменте, интересах, особенностях общения со взрослыми и сверстниками и т.п. однако наибольшее внимание следует уделить особенностям протекания адаптации. Для этого на каждого ребёнка заводится индивидуальный адаптационный лист, в котором ежедневно, начиная с момента поступления в группу ДОУ, фиксируются результаты наблюдения за ним по выделенным критериям: сон, аппетит, общее эмоциональное состояние, контакт со сверстниками, контакт со взрослыми, боязнь пространства. Лист рассчитан на 60-дневное наблюдение за ребёнком. Рекомендуется укладывание на дневной сон проводить на шестой день посещения. Ведение адаптационного листа позволяет отследить особенности привыкания малыша к ДОУ и наметить ряд профилактических мероприятий для облегчения течения адаптации. Существует классификация степеней адаптации: лёгкая, средняя и тяжёлая. Институтом педиатрии разработаны критерии адаптации по степени тяжести. (см. приложение).

**Возможные проблемы адаптационного периода:**

В период адаптации устанавливается индивидуальный режим для каждого вновь поступающего малыша. Постепенно он привыкает к общему режиму. По началу дети могут находиться в учреждении не полный день, а всего несколько часов. По мере привыкания время

пребывания ребёнка в группе увеличивается. По желанию мамы можно находиться первые дни вместе с малышом в группе. В этом случае рекомендуется маме,  выполнять какую- либо работу, т.е. быть радом, а не вместе с малышом. Постепенно малыш будет отходить от матери всё дальше, подружившись со сверстниками и воспитателем. В этот период очень важно, что бы приводил малыша в сад кто-нибудь один из родителей. Так он быстрее привыкает расставаться с ним. Не секрет, что от одного родителя ребёнок уходит спокойно, а с другим никак не может расстаться.

2.  Воспитание навыков опрятности и самообслуживания, а попросту приучение к горшку, умению питаться самостоятельно, помогать при одевании.  Высаживание на горшок регламентировано: после еды, перед сном и после сна, перед прогулкой и после прогулки. Во время кормления ребёнок должен съедать хотя бы половину еды сам, воспитатель только докармливает детей. Необходимо помнить, что у некоторых детей просто устаёт рука во время приёма пищи.

3.  Немотивированные капризы и отказ от еды – достаточно частые реакции малыша на помещение его в новые условия, отрыв от родителей.

4. Первое время новичок недоверчиво относится к воспитателю, который ещё не успел стать для него близким человеком. А близким воспитатель сможет стать для ребёнка только в том случае, если он сможет принять ребёнка таким, каков он есть, со всеми его индивидуальными привычками, отсутствием навыков самостоятельности, проявлениями неадекватного поведения, не перевоспитывая. Обычно вновь поступившие в ДОУ дети не сводят глаз с входной двери, тянут воспитателя за руку и ведут его в приёмную, надеясь увидеть там маму. Перед ребёнком как бы закрывается его родной мир, в котором он всегда чувствовал себя уверенно и защищённо. Поэтому необходимо продемонстрировать малышу достоинства нового мира, убедить его в том, что он интересен и комфортен. Он должен почувствовать, что здесь его любят и ждут. Каким образом можно это сделать?

**Предлагаю ряд необходимых советов:**

Сосательные движения отвлекают ребёнка от переживаний. Это естественная защита от эмоционального напряжения, а также сосание

затормаживает возникновение отрицательных эмоций. Поэтому не стоит в период адаптации отучать ребёнка от соски, надо чаще предлагать ребёнку попить воды. Она должна находиться всё время  в одном месте, чтобы ребёнок всегда мог показать, что хочет пить. Так же можно ставить на видное место блюдо с сухариками, печеньем, баранками: пусть погрызёт, если захочет.

Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому рекомендуется предложить ребёнку

нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колёсики от пирамидок, играть резиновыми и мягкими игрушками. Для этой цели у нас в ДОУ имеется обширный дидактический материал изготовленный руками педагогов нашего учреждения: «Необычные застёжки», «Пуговки в ряд…», «Тряпичная пирамидка», «Шкатулка сюрпризов», «Баночки-подружки», «Стёпка-растрёпка» и другие .

Периодическое включение негромкой спокойной музыки , чтобы она была ненавязчивым фоном в группе. Музыкальное сопровождение должно быть дозированным.

Самое лучшее лекарство от стресса – смех. Существует даже термин «смехотерапия». Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребёнок смеялся. Для этого необходимо использовать пальчиковые игрушки, кукольный театр, игрушки-забавы, приглашаются необычные гости –зайчики, лисички. Их роли могут играть как дети из старших групп, так и взрослые: воспитатель и младший воспитатель группы.

Воспитателям следует ласкать ребёнка. Использовать элементы тактильной терапии: гладить ручки, ножки, спинку, брать ребёнка на руки, обнимать. При засыпании хороший эффект даёт нежное поглаживание головки ребёнка и бровей.

Не запрещать, а предлагать ребёнку ложиться в постель с мягкой игрушкой.

Эмоционально, тихим голосом петь песни, читать детские стихотворения, потешки, рассказывать любимые детьми сказки.

ЛІТАРАТУРА

<http://nsportal.ru>

<http://sundekor.ru>

**Кансультацыя для маладога спецыяліста**

**«АДАПТАЦЫЯ ДА ЎМОЎ УСТАНОВЫ ДАШКОЛЬНАЙ АДУКАЦЫІ»**

Ажыццяўленне набору дзяцей у дзіцячы сад і камплектаванне груп ранняга ўзросту, вялікая і сур'ёзная праца для адміністрацыі, медыцынскага персаналу і педагогаў груп. Для выхавальнікаў праца ў перыяд адаптацыі асабліва складаная, так як менавіта ім дастаюцца ўсе слёзы і капрызы дзяцей, складанасці ў працы з бацькамі, якія не разумеюць, ці не хочуць разумець таго, што адбываецца з іх дзіцем.

З чаго пачаць арганізацыю працы ў групе дашкольнікаў педагогам?

Як дапамагчы дзецям як мага хутчэй і безхваробна прывыкнуць да ўмоў знаходжання ў дзіцячым садзе?

Адаптацыя – гэта прыстасаванне арганізма да новай абстаноўкі, да новых умоў існавання.

Адаптацыя дзіцяці да ўмоў дзіцячага сада, да ўмоў арганізаванага калектыву залежыць ад многіх фактараў: па-першае, ад псіхафізіялагічных і асобасных асаблівасцяў дзіцяці, па-другое, характару сямейных адносін і, у-трэцяе, ад таго, што з'яўляецца найбольш важным - як мы, педагогі дашкольнай ўстановы адукакацыі наладзім ўзаемаадносіны і з бацькамі, і з дзецьмі.

У якім бы ўзросце дзіця ні прыйшоў упершыню ў дзіцячы сад, для яго гэта моцнае стрэсавае перажыванне, якое неабходна як мага далікатней змякчыць. Кожнае дзіця па-свойму рэагуе на гэтыя змены:

у дзяцей да трох гадоў, хутчэй за ўсё, будуць выяўляцца неспакой, страх, праява дакучлівых станаў і дэпрэсіўных рэакцый (затарможанага, млявасць, безуважнасць).

Пасля трох гадоў, будуць пераважаць падвышаная ўзбудлівасць, раздражняльнасць, капрызнасць, упартасць і негатывізм.

Айчынныя псіхолагі параўноўваюць гэта стан са станам касманаўта ў перыяд падрыхтоўкі да палёту ў космас. Чаму?

На дзіця дзейнічаюць адразу некалькі псіхатраўміруючых фактараў:

1. ламаецца звыклы стэрэатып жыцця дзіцяці, у якім ён адчуваў сябе спакойна і ўпэўнена, так як ужо прывык да яго і ўжо ведаў, што будзе адбывацца ў пэўныя моманты яго жыцця.

2. расстанне з маці і іншымі блізкімі дарослымі, якія клапаціліся пра дзіця з яго нараджэння. Гэта спараджае адчуванне трывогі, няўпэўненасці, неабароненасці, да якога часта прымешваецца пачуццё, падобнае на тое, што дзіця пакінулі, кінулі.

3. зусім не звыкла для дзіцяці і ўяўляе значную нагрузку для яго нервовай сістэмы знаходжанне сярод вялікай колькасці для яго (15-20) аднагодкаў. Дзіця ўключаецца ў досыць складаную сістэму адносін, размеркавання цацак і ўвагі дарослага, узгадненне намераў і жаданняў розных дзяцей. Нават пэўны ўзровень шуму, у наведвальнай ім групе, можа быць па пачатку моцным псіхатраўміруючым фактарам.

Для таго, каб прывыканне дзіцяці да дзіцячага сада працякала максімальна бязхваробна, неабходна зрабіць яго паэтапным, паступовым. Праца павінна будавацца ў некалькі этапаў:

**1 этап. Праца загадчыцы з бацькамі.**

Яна праводзіць першыя гутаркі з бацькамі, збірае звесткі пра дзіця, яго сям'ю, аб умовах, у якіх ён выхоўваўся, аб узроўні яго агульнага развіцця. Загадчыца знаёміць з сістэмай працы дзіцячага сада: адукацыйнай праграмай, арганізацыяй рэжыму жыцця дзяцей у дзіцячым садзе. Распавядае аб працы спецыялістаў, накіраванай на забеспячэнне аптымальнай адаптацыі дзіцяці, арыентуе бацькоў на ўдзел у гэтай працы. Акрамя азнаямленчай функцыі гэтая гутарка вырашае і шэраг псіхалагічных задач:

стварэнне станоўчых адносін да дзіцячага сада, зняцце трывожнасці бацькоў за сваё дзіця (бацькі павінны быць упэўнены, што іх дзіцяці будзе добра).

Складае графік паступовага прыёму дзяцей у групу. Ён дазваляе выхавальніку правільна размяркоўваць увагу, арганізаваць выхаваўчае ўздзеянне, наладзіць працэс адаптацыі, якія паступаюць дзяцей.

**2 этап. Праца выхавальніка з бацькамі.**

Гэты этап працы змяшчае цэлы комплекс мерапрыемстваў. Назаву абавязковыя: паказаць маме ўсе памяшканні групы, растлумачыць, што ў дзіцяці будзе свая шафа для распранання, ложак, ручнік, даць інфармацыю аб правядзенні заняткаў і рэжыме дня. Высветліце, які рэжым у дзіцяці дома, паспрабуйце пераканаць маму, што рэжым дзіцячага саду пажадана выконваць і ў выхадныя дні. Вельмі важна спытаць у мамы, як яна настроена, што яе трывожыць у сувязі з паступленнем дзіцяці ў дзіцячы сад. Хай падрабязна раскажа вам, што яе турбуе, і вы разам абмяркуйце, як палегчыць перыяд адаптацыі. Важна, каб мама адчула, што вы вылучаеце яе маляня з агульнай масы дзяцей і гатовыя прымаць пад увагу асаблівасці яго характару. Дамовіцеся дакладна, калі дзіця ў першы раз прывядуць у дзіцячы сад. Пажадана раніцай, бліжэй да канца сняданку, накормленага.

Вядома, праца выхавальніка з бацькамі на гэтым не сканчаецца, а толькі пачынаецца.

**3 этап. Праца выхавальніка з дзецьмі.**

Працэс адаптацыі дзіцяці, шмат у чым залежыць ад таго, наколькі дакладна і максімальна хутка, выхавальнік зможа зразумець патрэбы, інтарэсы, схільнасці дзіцяці, своечасова зняць эмацыйнае напружанне.

Таму, як толькі дзіця пераступіла парог групы, мы з вамі заўсёды павінны памятаць аб тым, што:

усе праблемы дзіцяці – становяцца прафесійнымі праблемамі педагога, і перакладаць віну на бацькоў, калі яны не здолелі належным чынам падрыхтаваць дзіцяці да дзіцячага садку, мы не маем права.

не асуджаць вопыт дзіцяці, ніколі не скардзіцца на яго бацькам.

малы, адарваны ад звыклага асяроддзя і родных яму людзей, не можа адчуваць сябе добра, і нават калі ён не плача, гэта не азначае, што ўсё нармальна. Ён перажывае не менш, а часам і больш глыбей, чым плачучы, і яго зваротнай рэакцыяй можа быць хуткае захворванне.

Звесткі аб дзіцяці выхавальнік атрымлівае ў працэсе гутаркі з бацькамі, а таксама ў ходзе назіранняў за дзіцем. Ужо ў працэсе першых назіранняў выхавальнік можа атрымаць дастаткова важную інфармацыю аб дзіцяці, яго тэмперамент, інтарэсы, асаблівасці зносін з дарослымі і аднагодкамі і да т. п. Існуе класіфікацыя ступеняў адаптацыі: лёгкая, сярэдняя і цяжкая.

**Магчымыя праблемы адаптацыйнага перыяду:**

1. У перыяд адаптацыі усталёўваецца індывідуальны рэжым для кожнага зноў паступіўшага малога. Паступова ён прывыкае да агульнага рэжыму. Па пачатку дзеці могуць знаходзіцца ва ўстанове не поўны дзень, а ўсяго некалькі гадзін. Па меры прывыкання час знаходжання дзіцяці ў групе павялічваецца. Па жаданні мамы можна знаходзіцца першыя дні разам з малым у групе. У гэтым выпадку рэкамендуецца маме, выконваць якую - небудзь працу, г. зн. быць радам, а не разам з малым. Паступова маляня будзе адыходзіць ад маці ўсё далей, пасябраваўшы з аднагодкамі і выхавальнікам. У гэты перыяд вельмі важна, каб прыводзіў малога ў сад хто-небудзь адзін з бацькоў. Так ён хутчэй прывыкае расставацца з ім. Не сакрэт, што ад аднаго з бацькоў дзіця сыходзіць спакойна, а з іншым ніяк не можа расстацца.

2. Выхаванне навыкаў ахайнасці і самаабслугоўвання, а папросту прывучванне да гаршка, уменню харчавацца самастойна, дапамагаць пры апранання. Высаджвання на гаршчок рэгламентавана: пасля ежы, перад сном і пасля сну, перад шпацырам і пасля прагулкі. Падчас кармлення дзіця павінна з'ядаць хоць бы палову ежы сам, выхавальнік толькі дакармлівае дзяцей. Неабходна памятаць, што ў некаторых дзяцей проста стамляецца рука падчас прыёму ежы.

3. Нематываваныя капрызы і адмова ад ежы – досыць частыя рэакцыі малога на памяшканне яго ў новыя ўмовы, адрыў ад бацькоў.

4. Першы час пачатковец недаверліва ставіцца да выхавальніка, які яшчэ не паспеў стаць для яго блізкім чалавекам. А блізкім выхавальнік зможа стаць для дзіцяці толькі ў тым выпадку, калі ён зможа прыняць дзіця такім, якое яно ёсць, з усімі яго індывідуальнымі звычкамі, адсутнасцю навыкаў самастойнасці, праявамі неадэкватных паводзін, не перавыхоўваючы. Звычайна зноў паступіўшыя ў дзіцячы сад дзеці не зводзяць вачэй з ўваходных дзвярэй, цягнуць выхавальніка за руку і вядуць яго ў прыёмную, спадзеючыся ўбачыць там маму. Перад дзіцем як бы зачыняецца яго родны свет, у якім ён заўсёды адчуваў сябе ўпэўнена і бяспечна. Таму неабходна прадэманстраваць малому вартасці новага свету, пераканаць яго ў тым, што ён цікавы і камфортны. Ён павінен адчуць, што тут яго любяць і чакаюць. Якім чынам можна гэта зрабіць?

Прапаную шэраг неабходных саветаў:

Сасальныя рухі адцягваюць дзіця ад перажыванняў. Гэта натуральная абарона ад эмацыйнага напружання, а таксама смактанне затарможвае ўзнікненне адмоўных эмоцый. Таму не варта ў перыяд адаптацыі адвучаць дзіця ад соскі, трэба часцей прапаноўваць дзіцяці папіць вады. Яна павінна знаходзіцца ўвесь час у адным месцы, каб дзіця заўсёды магло паказаць, што хоча піць.

Затарможваюць адмоўныя эмоцыі манатонныя рухі рукамі або сцісканне кісцяў рук. Таму рэкамендуецца прапанаваць дзіцяці нанізваць на шнур буйныя пластмасавыя шарыкі, кольцы ад пірамідак, гуляць гумовымі і мяккімі цацкамі.

Перыядычнае ўключэнне нягучнай спакойнай музыкі , каб яна была ненадакучлівым фонам у групе. Музычнае суправаджэнне павінна быць дазаваным.

Самыя лепшыя лекі ад стрэсу – смех. Існуе нават тэрмін «смехатэрапія». Неабходна ствараць такія сітуацыі, каб дзіця смяялася. Для гэтага неабходна выкарыстоўваць пальчыкавыя цацкі, лялечны тэатр, цацкі-забавы, запрашаюцца незвычайныя госці –зайчыкі, лісічкі. Іх ролі могуць выконваць як дзеці са старэйшых груп, так і дарослыя: выхавальнік і памошнік выхавальніка.

Выхавальнікам варта лашчыць дзіця. Выкарыстоўваць элементы тактыльнай тэрапіі: гладзіць ручкі, ножкі, спінку, браць дзіця на рукі, абдымаць. Пры засынанні добры эфект дае далікатнае пагладжванне галоўкі дзіцяці і броваў.

Не забараняць, а прапаноўваць дзіцяці класціся ў ложак з мяккай цацкай.

Эмацыйна, ціхім голасам спяваць песні, чытаць дзіцячыя вершы, пацешкі, распавядаць любімыя дзецьмі казкі.

ЛІТАРАТУРА

<http://nsportal.ru>

<http://sundekor.ru>