

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №22 «СОЛНЫШКО» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
г. КЫЗЫЛ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА

**Консультация для воспитателей детского  
дошкольного учреждения.**

***«УСПЕШНАЯ АДАПТАЦИЯ  
ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ  
ДОШКОЛЬНОМУ  
УЧРЕЖДЕНИЮ».***

Педагог-психолог  
Семис-оол А.О.

г. Кызыл 2021г.

## **Консультация для педагогов «Успешная адаптация детей к детскому дошкольному учреждению».**

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, сопровождающимися с изменениями поведенческих реакций ребенка. Ведь адаптация - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, психологическом и 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.

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 заключается в создании благоприятных условий для успешной адаптации детей к дошкольному учреждению.

Адаптация ребенка к ДОУ складывается из психологической и физиологической адаптации. Психологическая адаптация заключается в отрыве от домашней обстановки, вхождение в социум и является ключевой проблемой «детсадовцев». Физиологическая адаптация детей, не менее серьезный аспект 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, приспособивая ее к себе, и таким образом, приспособливается 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.

Главной целью воспитателя - является 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 ДООУ. Изучение ребенка до поступления в ДООУ начинается со знакомства с образом жизни его семьи. Для этого проводится анкетирование родителей, из которого делаются выводы о готовности ребенка к поступлению в ДООУ. 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 ДООУ.

На следующем этапе работы реализуется система медико-психолого-педагогических мер, направленных на облегчение адаптации у детей. 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 присутствие обоих воспитателей группы. 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: Организацию адаптационного периода можно включать элементы театрализованной деятельности:

- показ настольного театра «Теремок»,
- драматизация сказки «Как собака друга искала»
- инсценирование потешки «Куручка Рябушечка»
- игра инсценировка «Сварим из овощей вкусный суп»

На протяжении всего адаптационного периода проводятся игровые занятия, основными задачами которых являются: 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 малышом:

- 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).
- 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 хорошо воспринимают материал, объединенный единым сказочным – игровым сюжетом.

Проявляющаяся 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.

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).

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

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 изодейтельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действие, 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.

Адаптация может вызвать проблемы со сном, которые связаны 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. Прочтение доброй сказки перед сном поможет ребенку расслабиться и успокоится.

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. Не нужно 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.

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 недолго, 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 учитываться 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.

#### Используемая литература:

1. Антонова Е.В., Дедкова В., Хачатурова Е. Социализация и адаптация детей раннего возраста / Ребенок в детском саду, 2003.
2. Грановская Р.М. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Учебное пособие. – М.: Учитель, 2004.
3. Дикая Л.Г. Адаптационные группы в ДОУ: Методическое пособие – М.: ТЦ «Сфера», 2005. (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).
4. Зубова Г., Арнаутова Е. Психолого – педагогическая помощь родителям в подготовке малыша к посещению детского сада / Дошкольное воспитание, 2004.
5. Костина В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста / Дошкольное воспитание, 2006.
6. Пыжьянова Л. Как помочь ребенку в период адаптации / Дошкольное воспитание, 2003.
7. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2 – 4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению – М.: Книголюб, 2005.