**Рекомендации для воспитателя в период адаптации детей дошкольного возраста к условиям ДОУ**

Каждому, кто работает в дошкольном учреждении, известно, что поступление малышей в детский сад – трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым условиям. Малыши тяжело переносят разлуку с мамой, приходят в отчаяние, оказавшись в незнакомой обстановке, в окружении чужих людей. Тяжело и родителям, которые видят неутешное горе своего всегда жизнерадостного малыша. Нелегко приходиться и персоналу групп: дети плачут, цепляются, не дают работать, а воспитателю нужно успеть, все сделать по режиму, хоть на время успокоить малыша, дать остальным передохнуть от крика новеньких. Период привыкания детей – неизменно сложная проблема.

Как помочь маленькому ребенку приспособиться к новой социальной среде, чтобы адаптация прошла легко и безболезненно?  Этот вопрос волнует всех, кто работает с малышами.

Начнем с того, что, как ни странно, взрослые гораздо хуже адаптируются в этой новой для них обстановке, чем дети. Поэтому одна из главных задач нередко состоит в оказании помощи именно взрослым. Не секрет, что взрослые сами могут создать обстановку тревожности, страха, необдуманно выражая свои чувства, очень болезненно расставаясь с малышом, недоверчиво относясь к педагогам. Поэтому необходимо проводить с родителями беседы, консультации, практические мероприятия; приглашать родителей на досуги, игры; знакомить с условиями пребывания ребенка в детском саду, режимом, питанием. Родителям необходимо оказывать помощь в период адаптации ребенка, разъясняя, как должны вести себя родные и близкие, и выяснить у них особенности характера и поведения ребенка.

Ведущая роль в этом процессе принадлежит воспитателю.

1. Во время адаптационного периода нужно использовать гибкость в режимных процессах: принимать детей сначала на 2 часа, затем удлинять время пребывания с учетом того, как быстро ребенок привыкает.

 2. Новых детей следует принимать на адаптацию постепенно, в неделю не более двух малышей.

3. К детям нужно проявлять индивидуальный подход, особенно к очень чувствительным, замкнутым, сильно плачущим.

4. Воспитатель должен быть снисходительным к плачу детей, отзывчивым на просьбы их  родителей, внимательным, спокойным, способным обеспечить группе благополучный эмоциональный климат.

5. Воспитатель должен быть хорошим актером: уметь вовремя рассказать сказку, спеть песенку, знать много произведений устного народного творчества: потешек, пестушек, колыбельных песен, чтобы при случае отвлечь ребенка; использовать игры-забавы в качестве сюрпризного момента.

6. Важное место должно занимать сотрудничество с родителями. Нужно так построить работу, чтобы с обеих сторон к ребенку предъявлялись единые требования.

7. Наглядная информация должна быть яркой, насыщенной, нести смысловую нагрузку и быть актуальной на данный момент.

8. Детские работы необходимо выставлять для обозрения родителям, чтобы они могли видеть, чем занимается ребенок в группе, и обсудить с ним успехи.

9. При необходимости следует направить родителей за помощью к другим специалистам детского сада (старшему воспитателю, музыкальному руководителю, медсестре и др.).

В процессе адаптации ребенка к ДОУ воспитателям рекомендую использовать элементы телесной терапии (брать ребенка на руки, обнимать, поглаживать). Периодически включать негромкую, спокойную музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательны.

Лучшее лекарство от стресса – смех.

Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Используются игрушки-забавы, мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички.

Необходимо присматриваться к индивидуальным особенностям каждого ребенка и стараться вовремя понять, что стоит за молчаливостью, спокойствием, пассивностью некоторых детей.

Непреложное правило – не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям. Все проблемы ребенка становятся для педагога профессиональными проблемами.

Ежедневно беседовать с родителями, вселять в них уверенность, рассеивать беспокойство и тревогу за своего ребенка.

Соблюдение данных рекомендаций поможет ребенку легче адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, укрепит резервные возможности детского организма, будет способствовать процессу ранней социализации.

|  |
| --- |
| С чего начинается социализация маленького ребенка? В первую очередь с семьи. Но по-настоящему это происходит, когда малыш поступает в детский сад. Именно там он учится общаться с незнакомыми людьми — взрослыми и детьми, усваивает нормы и правила поведения, учится жить в обществе. От того, как пройдет привыкание дошкольника к новым условиям, зависит его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и семье. К сожалению, нередко этот процесс протекает сложно и болезненно. Ребенок может отказываться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки.  Эмоциональная реакция родителей на поведение ребенка в этот период часто усугубляет ситуацию. Из-за того, что они сами не знают, как лучше поступить, мама с папой не могут помочь своему малышу. Для каждой семьи острый период адаптации индивидуален. Он может иметь разную длительность. В связи с этим говорят о трех вариантах адаптации :  - легкая адаптация — поведение ребенка нормализуется в течение 10-15 дней;  - адаптация средней тяжести — в течение месяца;  -тяжелая адаптация — требуется от 2 до 6 месяцев.  Для того чтобы адаптация прошла легко, а также с целью значительного снижения эмоциональной напряженности, мы работаем по такой схеме с будущими воспитанниками. Работа начинается в момент когда родители пришли в ДОУ зарегистрировать заявление . При первом посещении родителей ДОУ воспитатель группы раннего возраста проводит консультации .  Цель консультаций — оказать посильную помощь родителям в воспитании малышей, повысить их педагогическую компетентность.  Особое внимание обращается на исследование развития таких социальных навыков ребенка, как:  ·уверенность в себе;  ·самостоятельность, инициативность;  · способность устанавливать и поддерживать отношения со взрослым;  ·эмоциональная чувствительность;  ■усвоенные простейшие нормы и правила поведения. Важно определить особенности семейного воспитания, выяснить:  · дают ли родители ребенку в первые минуты пребывания в незнакомом месте осмотреться или сразу пытаются вовлечь его во что-либо, например обращая его внимание на игрушки или детали интерьера;  · заботятся ли родители о самочувствии ребенка во время пребывания в кабинете;  ·доверяют ли родители ребенку;  ·сильно ли опекают;  ·жестко ли контролируют;  ·поддерживают ли детскую инициативу или подавляют;  · рассказывая о ребенке, говорит "мы" вместо "он", например, "мы умеем самостоятельно одеваться";  ·легко ли родители вступают в контакт;  · доверяют ли родители ребенка специалисту или пытаются контролировать ситуацию общения с ним;  ·откровенны ли родители;  ·насколько родители готовы к сотрудничеству;  · соглашаются ли они со всем или умеют отстаивать свои интересы и точку зрения.  Встреча с родителями начинается с непродолжительной беседы. Выясняются причины оформления ребенка в детский сад; исследуются родительские ожидания, связанные с этим; их осознание того, насколько высока вероятность реализации этих ожиданий и от кого это зависит; от кого зависит благополучие ребенка в детском саду; чего родители опасаются и как они могут справиться со своей тревогой; в чем может заключаться родительская помощь ребенку на начальном этапе вхождения в новую среду.  Параллельно с беседой воспитатель наблюдает за малышом.  Важно обратить внимание на родителей. Чаще тревогу испытывают дети, родители которых сами очень взволнованны, иногда до такой степени, что не замечают эмоционального состояния малыша и не могут его ободрить. Обычно в этом случае проясняются родительские опасения, волнения. Важно помнить, что снижение волнения у родителей благотворно сказывается на ребенке.  По результатам беседы с родителями и наблюдения за поведением ребенка воспитатель делает вывод о том, как лучше организовать переход от семейного воспитания к общественному.  Мы проводим общее собрание для всех родителей будущих воспитанников нашего детского сада. На нем заведующий ДОУ и воспитатель знакомят мам и пап с правилами, требованиями нашего учреждения, образовательной программой. Также семьям даются конкретные рекомендации, как подготовить малыша к детскому саду. Кроме того, мы знакомим их с разными вариантами адаптации детей к ДОУ и в соответствии с этим с различными вариантами введения ребенка в группу.  Так, дети, адаптация которых будет протекать легко, достаточно быстро переводятся на пребывание в детском саду на целый день. Они легко осваиваются, остаются на тихий час, у них быстро восстанавливается аппетит. Родителям, у чьих детей спрогнозирована адаптация средней тяжести, рекомендуется некоторое время находиться в группе детского сада вместе с ребенком: сначала небольшой промежуток времени (час или чуть больше), который потом увеличивается. Когда он уже освоится, станет доверять педагогам, мама может постепенно сокращать время пребывания в непосредственной близости от малыша. Если первые дни она играла вместе с ним, то через некоторое время она просто находится в группе, в поле зрения ребенка, но не рядом с ним — например, сидит в сторонке, наблюдает за ним. Потом мама может на некоторое время удаляться из группы, увеличивая этот промежуток времени. И, наконец, наступает день, когда она приводит ребенка в группу и оставляет его там.  Труднее всего мамам малышей с тяжелой степенью адаптации. Дети отказываются от еды, плачут. Поэтому период родительского присутствия удлиняется, а ежедневный промежуток времени нахождения в детском саду укорачивается. В таком случае необходима помощь воспитателей группы.  Воспитатель ежедневно наблюдает за психоэмоциональным состоянием детей, с которыми проводит игровые занятия и игры невысокой подвижности. Параллельно с этим отслеживаются дошкольники с трудностями в общении и повышенным уровнем тревожности. С ними и с их родителями в дальнейшем планируется индивидуальная, более глубокая работа.  Родители вновь поступивших воспитанников приглашаются на консультации. Здесь они делятся трудностями в прохождении их ребенком периода адаптации и его воспитании. Воспитатель дает рекомендации, совместно с родителями вырабатывает стратегию поведения в том или ином случае и методы воспитания ребенка.  В группе раннего возраста в период адаптации на стенде вывешивается информация с рекомендациями, как научиться расставаться с малышом, общаться с ним в этот период (например, чего не стоит ему говорить). |