

Консультации для родителей

«Адаптация в детском саду»

Педагог-психолог: Вовк Ю.С.

Детский сад - новый период в жизни ребенка. От того, как пройдет привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависит дальнейшее развитие малыша и благополучное существование в детском саду и в семье.

И потому, так актуальна на сегодняшний день тема сотрудничества педагога-психолога, воспитателей и родителей в период адаптации ребёнка дошкольном учреждении.

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. В привычный, сложившийся жизненный уклад ребенка в буквальном смысле этого слова врываются следующие изменения:

- четкий режим дня;
- отсутствие родных рядом;
- длительный контакт со сверстниками;
- необходимость слушаться и подчиняться незнакомому взрослому;
- резкое уменьшение персонального внимания именно к нему;
- особенности нового пространственно-предметного окружения.

Адаптация ребенка к ДОО сопровождается различными негативными физиологическими и психологическими изменениями.

Набирая новую группу, каждый педагог (особенно если у него есть опыт работы) знает, что этот процесс никогда не бывает одинаковым. Важно не только узнать и понять каждого ребенка, но и научить его жить в коллективе. А за каждым ребенком стоят его близкие, с которыми тоже необходимо наладить контакт, выстроить взаимоотношения на основе понимания, уважения и сотрудничества. В общем, педагоги, так же как и другие участники жизни группы детского сада, встают перед неизбежностью адаптационного процесса.

Воспитатель знает, что теоретические знания, накопленные методы и приемы успешной адаптации детей к условиям детского сада не всегда срабатывают по отношению к новому ребенку и его родителям. А значит, впереди напряженный, всегда связанный с поиском этап работы, название которому - адаптация.

Основные задачи психологического сопровождения детей в период адаптации:

1. Сохранение и укрепление психического здоровья ребенка в изменившихся условиях.
2. Передача социального опыта игры.
3. Формирование единого стиля воспитания и общения с ребенком в семье и ДОО.
4. Проведение просветительской и консультативной работы с воспитателями.

Выделяют три степени адаптации:

- легкую (15-30 дней);
- среднюю (30-60 дней);
- тяжелую (от 2 до 6 месяцев).

По статистике, большинство детей, поступивших в ДОО, переживают среднюю или тяжелую адаптацию.

Концом периода адаптации принято считать момент, когда на смену отрицательным эмоциям приходят положительные и восстанавливаются регрессирующие функции. Это означает, что:

- при утреннем расставании ребенок не плачет и с желанием идет в группу;
- ребенок все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам;
- малыш ориентируется в пространстве группы, у него появляются любимые игрушки;
- ребенок вспоминает забытые навыки самообслуживания; более того, у него появляются новые достижения, которым он научился в саду;
- восстановилась речь и нормальная (характерная для конкретного ребенка) двигательная активность дома, а затем и в детском саду;
- нормализуется сон как в детском саду, так и дома;

- *восстанавливается аппетит.*

На то, как будет протекать процесс адаптации влияют следующие факторы:

- 1.Возраст;
- 2.Состояние здоровья;
- 3.Уровень развития навыков самообслуживания;
- 4.Умение общаться со взрослыми и сверстниками;
- 5.Сформированность предметной и игровой деятельности;
- 6.Приближенность домашнего режима к режиму детского сада;

На мой взгляд, очень важная часть подготовки детей к детскому саду, является работа с воспитателями.

В работе с педагогами я использую следующие направления: консультирование, просвещение, профилактика, диагностика.

Используются следующие формы взаимодействия с воспитателями:

Лекции и беседы, консультации, консилиумы, семинары-практикумы, тренинги. Провожу консультации для воспитателей по результатам диагностических обследований. Даю рекомендации после проведенной диагностики плановой или по запросу, подготавливаю памятки.

Для оптимизации процесса адаптации, совместно с воспитателями используем следующие формы работы:

- беседы с родителями, анкетирование, собрания, консультации

В процессе адаптации ребенка к ДООУ я рекомендую воспитателям в работе с детьми:

- использовать элементы телесной терапии
- рассказывать сказки, петь колыбельные перед сном;
- использовать игровые методы взаимодействия с ребенком;
- создавать у ребенка положительную установку на предстоящие режимные процессы.

В первую очередь уделяется внимание приемной. Там для детей готовятся:

- «Полочка» для любимых игрушек
- Стендовая информация для родителей.
- Папки-передвижки с информацией по адаптации

Подбираются игрушки для сенсомоторного развития детей, которые помогают зрительно “снизить” потолок и почувствовать ребенку себя более комфортно и спокойно.

В работе по адаптационному периоду, я предлагаю воспитателям использовать следующие приемы:

1. Игры с песком и водой
2. Сенсорные игры, пальчиковые игры
3. Речевые игры (*песенки, потешки, прибаутки*).
4. Рисование карандашами и красками, работа с пластилином.
5. Игры и сказки для развития речи детей в карточках.
6. Игры на коленях и игровые массажи.

В период адаптации к детскому саду ребенок испытывает сильный стресс. И чем интенсивнее напряжение переживает ребенок, тем дольше длится период адаптации. Организм ребенка еще не способен справляться с сильными потрясениями, поэтому ему необходимо помочь снять напряжение, накопившееся за время пребывания в детском саду.

Постарайтесь, чтобы малыш как можно больше времени находился на свежем воздухе (если позволяет время). Гуляя вместе с ним, вы получите идеальную возможность поговорить с ребенком, обсудить события дня. Если произошло что-то неприятное или тревожащее, нужно обсудить с ним это сразу, не допуская, чтобы это давило на него целый вечер.