

**Групповая консультация для педагогов групп раннего возраста
«Особенности адаптации ребёнка к дошкольному образовательному
учреждению»**

Ход консультации:

1. Вводная часть. Упражнение «Возвращение в детство» .

Цели: Активизировать впечатления раннего детства, прочувствовать эмоциональное состояние ребенка в возрасте 2-3 лет пришедшего в первый раз в детский сад.

Психолог: « Сядьте поудобнее. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках и ногах.

Представьте себя в детстве, в то время, когда вы были маленькими. Представьте жаркий летний день. Воздух пьяный, пахнет какими-то цветами. Деревья вокруг вас такие высокие, что кажется, своими верхушками достают до неба. Вам два или три года. Вы идете по улице. Как вы выглядите? Посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, рядом с вами близкий человек, посмотрите, кто это, вы берете его за руку и чувствуете его теплую нежную руку. Вас ведут первый раз в детский сад. Вы входите в очень ярко освещенную комнату, видите незнакомую тетю ,мальчиков и девочек. В комнате очень шумно. Рядом с тетей стоит девочка, плачет и зовет маму. Тетя ласково завет вас войти, вы оборачиваетесь, что бы взять маму за руку....а мамы нет. Что вы почувствовали в тот момент? О чем подумали?

. Мини-лекция «Знакомство с психолого-педагогическими аспектами адаптации ребёнка раннего возраста к ДОУ»

Адаптация – процесс развития приспособительных реакций организма в ответ на новые для него условия.

Высокая адаптивная способность, которая свойственна человеку, не является врожденной, а формируется постепенно, биологические основы адаптации закладываются во внутриутробном периоде, социальная адаптация, понимаемая как активное приспособление к условиям социальной среды

путем усвоения и принятия целей, ценностей, норм и систем поведения, принятых в обществе, начинается с рождения ребенка.

Адаптация ребенка к детскому саду необходимо рассматривать как *двусторонний процесс*. Во-первых, это биологическое приспособление, связанное с изменением времени, особенностей всех форм физиологических отправлений организма (сна, питания и т.д.). Во-вторых, адаптация к новым социальным условиям, (изменение привычных форм жизни ребенка, перестройка его отношений с людьми). К 2-3 годам стереотип поведения становится устойчивым. При поступлении в ДОО привычные условия жизни изменяются.

Для многих детей приход в детский сад – это первый сильный стресс в их жизни. Соблюдение режима дня, новые требования, постоянный контакт со сверстниками, совершенно другая обстановка, стиль общения - становятся для малыша источником стрессовых ситуаций. Возрастная незрелость системы адаптационных механизмов детей приводит к психическому напряжению, происходит нарушение в поведении, физиологических процессах, эмоциональном состоянии.

Н.М. Аксарина, один из ведущих специалистов по воспитанию детей раннего возраста, говоря о данной проблеме, часто приводила такой пример: садовник, собираясь пересаживать дерево, готовит участок, бережно окапывает дерево, стараясь не повредить корневую систему, пересаживает вместе с землёй, но, несмотря на все его усилия, дерево на новом месте болеет, пока не приживётся. А теперь давайте вернёмся к детям и рассмотрим особенности протекания адаптации.

Определение степени адаптации к условиям ДОО

Степень адаптации/показатели		
лёгкая	средняя	тяжёлая
1. К 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, аппетит	1. Нарушения в общем состоянии выражены ярко и длительны. Аппетит и сон восстанавливаются через 20-40 дней, качество сна страдает	1. Ребёнок плохо засыпает, сон короткий, прерывистый, малыш вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами, аппетит снижается
2. Настроение бодрое, заинтересованное в сочетании с утренним плачем	2. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость может наблюдаться в течение всего дня	2. Настроение сниженное, малыш много плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания к детскому саду
3. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребёнок выполняет ритуалы	3. Отношение к близким взрослым – эмоционально-возбуждённое	3. Отношение к эмоционально-возбуждённое

прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые	(плач, крик при расставании и встрече). Отношение к взрослым избирательное.	
4. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным	4. Отношение к детям –избирательное.	4. Отношение к детям – избегает, сторонится их или проявляет агрессию
5. Интерес к окружающему восстанавливается в течение двух недель	5. Интерес к окружающему восстанавливается долго.	5. Отказ от участия в деятельности
6. Заболеваемость не более 1 раза, длительностью не более 10 дней.	6. Заболеваемость до 2 раз, длительностью не более 10 дней, без осложнений.	6. Респираторные заболевания более 3 раз, длительностью более 10 дней

Чтобы облегчить адаптационный период малышу в период адаптации необходимо выполнять следующие рекомендации:

1. Когда мама малыша приходит в группу, необходимо выйти к ней навстречу, познакомиться, назвать своё имя, отчество. Пригласить маму осмотреть группу, показать шкафчики, куда дети вешают одежду. Пусть мама почувствует, что в группе порядок, воспитатели следят за вещами детей. Затем пригласить маму в игровую комнату, обратить её внимание на игрушки, пособия, книги. Рассказать, что будут с детьми играть, лепить, петь и танцевать, читать и рассказывать им сказки. Показать маме спальню. Если у мамы будет пожелание, куда лучше положить её малыша, по возможности выполнить её просьбу. Показать туалетную комнату, обратить внимание, что у каждого ребёнка есть своё полотенце и расчёска.
2. Следует во время укладывания спать использовать элементы телесной терапии (поглаживание, объятия). Можно гладить ребёнку ручки, ножки (обычно это нравится всем детям). Хороший эффект для засыпания даёт **нежное поглаживание головки ребёнка и бровей**. При этом рука должна касаться лишь кончиков волос.
3. Отрицательные эмоции затормаживают монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому предложите ребёнку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колёсики от пирамидок («бусы»), соединять детали крупного конструктора типа «Лего», играть резиновыми игрушками-пищалками.
4. Неплохо, если периодически будет звучать негромкая спокойная музыка, на фоне которой будет проходить деятельность детей. (например «Король гномов» Ф.Шуберта, «Пятый ноктюрн» Ф.Шопена, «Утро» Э.Грига и т.п.

Музыкальное сопровождение должно быть строго дозировано и определённым во времени (во время кормления, укладывания спать).

5. Во время адаптационного периода нужно учитывать все индивидуальные привычки ребёнка, в том числе и вредные, и ни в коем случае **не переучивать его!**
6. Необходимо принять ребёнка таким, какой он есть, не высказывая неудовольствие от неадекватного поведения, отсутствия самостоятельности. Неплохо будет, если родители принесут из дома любимую игрушку малыша, с которой он привык засыпать.
7. Выяснить, как называют ребёнка дома, чем он больше всего любит заниматься, что любит кушать, а что нет, как засыпает. Самое главное – дайте маме почувствовать, что Вы, как воспитатель будете подходить к ребёнку индивидуально и готовы принимать во внимание особенности его характера. И тогда мама после такого знакомства с воспитателем с удовольствием и со спокойной душой приведёт своего ребёнка в садик, а малыш не будет плакать.
8. Не заставляйте ребёнка участвовать в игре. Заставляя, мы можем вызывать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит. Напротив, увлекшись, ребенок сам включается в игру.
9. Взрослый при организации совместных игр с детьми выполняет две роли – участника и организатора. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой.
10. Воспитанники по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Многократное повторение игр способствуют тому, что дети начинают понимать ее содержание, лучше выполнять условия, а главное создаётся психологически безопасная атмосфера.
11. Наглядный материал (определенные игрушки, различные предметы и т.д.) не превращайте в обычный, всегда доступный. Так он дольше сохранится и долго останется для детей необычным.
12. Никогда не оценивайте действия ребенка: слова «Неверно, не так» или «Молодец, правильно» в данном случае не используются. Дайте ребенку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже

самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свой взгляд на вещи, помогите ему выразить все это!

13. И ещё одно непреложное правило – не осуждать опыт ребёнка, никогда не жаловаться на него родителям.

Степень адаптации/показатели		
лёгкая	средняя	тяжёлая
1. К 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, аппетит	1. Нарушения в общем состоянии выражены ярко и длительны. Аппетит и сон восстанавливаются через 20-40 дней, качество сна страдает	7. Ребёнок плохо засыпает, сон короткий, прерывистый, малыш вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами, аппетит снижается
2. Настроение бодрое, заинтересованное в сочетании с утренним плачем	2. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость может наблюдаться в течение всего дня	8. Настроение сниженное, малыш много плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду
3. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребёнок выполняет ритуалы прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые	3. Отношение к близким взрослым – эмоционально-возбуждённое (плач, крик при расставании и встрече). Отношение к взрослым избирательное.	9. Отношение к эмоционально-возбуждённое

4. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным	4. Отношение к детям –избирательное.	10. Отношение к детям – избегает, сторонится их или проявляет агрессию
5. Интерес к окружающему восстанавливается в течение двух недель	5. Интерес к окружающему восстанавливается долго.	11. Отказ от участия в деятельности
6. Заболеваемость не более 1 раза, длительностью не более 10 дней.	6. Заболеваемость до 2 раз, длительностью не более 10 дней, без осложнений.	12. Респираторные заболевания более 3 раз, длительностью более 10 дней

1	<p>Когда мама малыша приходит в группу, необходимо выйти к ней навстречу, познакомиться, назвать своё имя, отчество. Пригласить маму осмотреть группу, показать шкафчики, куда дети вешают одежду. Пусть мама почувствует, что в группе порядок, воспитатели следят за вещами детей. Затем пригласить маму в игровую комнату, обратить её внимание на игрушки, пособия, книги. Рассказать, что будут с детьми играть, лепить, петь и танцевать, читать и рассказывать им сказки. Показать маме спальню. Если у мамы будет пожелание, куда лучше положить её малыша, по возможности выполнить её просьбу. Показать туалетную комнату, обратить внимание, что у каждого ребёнка есть своё полотенце и расчёска.</p>
2	<p>Следует во время укладывания спать использовать элементы телесной терапии (поглаживание, объятия). Можно гладить ребёнка ручки, ножки (обычно это нравится всем детям). Хороший эффект для засыпания даёт нежное поглаживание головки ребёнка и бровей. При этом рука должна касаться лишь кончиков волос.</p>
3	<p>Отрицательные эмоции затормаживают монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому предложите ребёнку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колёсики от</p>

	пирамидок («бусы»), соединять детали крупного конструктора типа «Лего», играть резиновыми игрушками-пищалками.
4	Во время адаптационного периода нужно учитывать все индивидуальные привычки ребёнка, в том числе и вредные, и ни в коем случае не перечислять его!
5	Необходимо принять ребёнка таким, какой он есть, не высказывая недовольства от неадекватного поведения, отсутствия самостоятельности. Неплохо будет, если родители принесут из дома любимую игрушку малыша, с которой он привык засыпать.
6	Неплохо, если периодически будет звучать негромкая спокойная музыка, на фоне которой будет проходить деятельность детей. (например «Король гномов» Ф.Шуберта, «Пятый ноктюрн» Ф.Шопена, «Утро» Э.Грига и т.п. Музыкальное сопровождение должно быть строго дозировано и определённым во времени (во время кормления, укладывания спать).
7	Выяснить, как называют ребёнка дома, чем он больше всего любит заниматься, что любит кушать, а что нет, как засыпает. Самое главное – дайте маме почувствовать, что Вы, как воспитатель будете подходить к ребёнку индивидуально и готовы принимать во внимание особенности его характера. И тогда мама после такого знакомства с воспитателем с удовольствием и со спокойной душой приведёт своего ребёнка в садик, а малыш не будет плакать.
8	Не заставляйте ребёнка участвовать в игре. Заставляя, мы можем вызывать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит. Напротив, увлекшись, ребенок сам включается в игру.
9	Взрослый при организации совместных игр с детьми выполняет две роли – участника и организатора. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой
10	Воспитанники по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Многократное повторение игр способствуют тому, что дети начинают

	понимать ее содержание, лучше выполнять условия, а главное создается психологически безопасная атмосфера.
11	Наглядный материал (определенные игрушки, различные предметы и т.д.) не превращайте в обычный, всегда доступный. Так он дольше сохранится и долго останется для детей необычным.
12	Никогда не оценивайте действия ребенка: слова «Неверно, не так» или «Молодец, правильно» в данном случае не используются. Дайте ребенку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свой взгляд на вещи, помогите ему выразить все это!
13	И ещё одно непреложное правило – не осуждать опыт ребёнка, никогда не жаловаться на него родителям.

3. Заключительная часть. Подведение итогов.

Упражнение «Передай по кругу» (Рефлексия, обратная связь)

Инструкция: Участники, передавая мяч по кругу мячик, отвечают на вопросы:

- Что нового я узнал сегодня?
- Было ли это для меня полезно?
- Что ещё я хотел бы узнать?

Слово педагога-психолога: Наша встреча подошла к концу. Большое спасибо Вам, дорогие коллеги!

Адаптация к детскому саду – это важное событие в жизни малыша и родителей, а так же педагогов. От того, насколько легко пройдет этот период для ребёнка зависит его эмоциональное состояние, психическое здоровье. Характер адаптации является прогностическим тестом для характеристики динамики состояния ребёнка не только к детскому саду, но и к школе. Поэтому важно в адаптационный период обеспечить ребёнку условия психологического комфорта, учитывать его индивидуальные привычки, принять его таким, какой он есть.

Успехов Вам!

