**КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ЛЕГЧЕ АДАПТИРОВАТЬСЯ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

|  |
| --- |
| **https://sites.google.com/site/portfoliosamanskojnv/_/rsrc/1503740396373/dla-vas-pedagogi/deklaracia-prav-rebeenka/gumanizacia-principov-doskolnogo-vospitania/adaptacia-rebeenka-v-dou/sm.png?height=260&width=400**  **С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений, которые обрушиваются на ребенка одновременно, создавая стрессовую ситуацию. Многие из родителей переживают: сможет ли их ребенок безболезненно привыкнуть к детскому саду, к его режиму? Как встретят его взрослые и дети? Понравится ли ему в детском саду? Не будет ли он голодным? Кто и как будет его укладывать спать? Как пройдет адаптация ребенка в детском саду? Волнение это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми, в незнакомой ситуации. До этого все происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребенка в детском саду?**  **Адаптация обычно протекает сложно, ведь происходит отрыв ребенка от матери, с которой малыш неразрывно связан: его любимая и самая прекрасная на свете мама оставляет его среди новой, чужой обстановки и незнакомых ему ранее взрослых и детей. Это волнение усиливается, если ребенок не хочет идти в садик. Ведь для ребенка детский сад – новое и незнакомое место.**  **Процесс адаптации у всех детей происходит по-разному: иногда, затягивается на длительное время, и ребенок приспосабливается к коллективу месяцами, а иногда не может приспособиться совсем. Одни дети приходят в группу с желанием, внимательно присматриваются и начинают играть. Другие делают это с опаской, больше наблюдают и выполняют предложенные действия воспитателем. Третьи проявляют негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут.**  **Продолжительность привыкания зависит от многих факторов: от темперамента малыша, от его состояния здоровья, от обстановки в семье и даже от того, насколько готовы к этому важному этапу сами родители. Некоторые дети проявляют агрессию, а некоторые, замыкаются в себе, находясь в напряжении, не притрагиваются ни к игрушкам, ни к еде. Родители должны быть готовы ко всему.**  **Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Поэтому темпы адаптации у разных детей различны.**  **Адаптация – это приспособление или привыкание организма и личности ребенка к новой обстановке. Адаптация ребенка к новым для него условиям среды – тяжелый и болезненный процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и приводящий к стрессу. Чтобы в этой новой обстановке продержаться, ребенку необходимо вести себя в саду не так, как дома. Но он не знает новой модели поведения и поэтому, боясь, что-то сделать не так, страдает. А страдания подпитывают стресс – отрыв и разлука с матерью, сомнения в ее любви.**  **По степени адаптации детей можно разделить на три основные группы:**  **Легкая адаптация – самая благополучная. Дети с желанием посещают детский сад. Изменения в поведении, кратковременны и незначительны. Ребенок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить свое внимание на чем-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается, вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, настроение спокойное, придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечания и одобрения. Умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен.**  **Средняя степень адаптации – дети идут на контакт, наблюдают за действиями воспитателя. Напряженность первых минут постепенно спадает, и ребенок может войти в игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения.**  **Тяжелая степень адаптации – дети реагируют на перемену обстановки нервным срывом. С ребенком установить контакт не удается. Ребенок пугается и ищет поддержку у родителей, на замечание или похвалу воспитателя. Очень часто родители сомневаются в том, что ребенок сможет освоиться в детском саду.**  **Для успешной адаптации к условиям дошкольного учреждения необходимо создать у ребенка положительную установку – посещать детский сад с желанием.**  **Необходима целенаправленная организация жизни детей дошкольного возраста в детском саду, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду.**  ***Для того чтобы процесс адаптации прошел безболезненно необходимо:***   * **Создать благоприятную атмосферу в группе. Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит от умения и усилий воспитателей создать атмосферу доброжелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, легче пройдет адаптация. Необходимо всячески удовлетворять потребность детей в эмоциональном контакте со взрослыми. Ласковое обращение с ребенком, дает ему чувство защищенности, помогает быстрее адаптироваться.** * **Правильно организовать игровую деятельность. Формирование эмоциональных контактов "ребенок – взрослый" и "ребенок – ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения. Основная задача игр в период адаптации ребенка в детском саду – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.** * **Регулярно проводить работу с родителями до поступления их ребенка в детский сад.** * **Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду.** * **Успокоить взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.** * **Родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения своих родителей и воспитателей, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.**   **[https://sites.google.com/site/portfoliosamanskojnv/_/rsrc/1503740396373/dla-vas-pedagogi/deklaracia-prav-rebeenka/gumanizacia-principov-doskolnogo-vospitania/adaptacia-rebeenka-v-dou/111a.png?height=179&width=400](https://sites.google.com/site/portfoliosamanskojnv/dla-vas-pedagogi/deklaracia-prav-rebeenka/gumanizacia-principov-doskolnogo-vospitania/adaptacia-rebeenka-v-dou/111a.png?attredirects=0)** |