

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 5»**

**«Проблема адаптации ребенка к ДОО и взаимоотношения
воспитателей и родителей в этот период».**

**Подготовила педагог- психолог
МБДОУ МО г.Краснодар
«Детский сад №5 Т.А. Новоселова**

г.Краснодар

Адаптация - это приспособление организма к новым или к изменившимся условиям жизни или условиям среды. Изменение социальной среды сказывается и на психическом, и на физическом здоровье детей. Особого внимания требует ранний возраст (1-3 года), в котором многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного круга в мир широких социальных контактов.

Задачи взаимодействия с родителями в период адаптации:

- Выработать единый стиль воспитания и общения с ребёнком в ДОУ и семье.
- Оказать квалифицированную консультацию и практическую помощь родителям по проблемам воспитания и развития ребёнка.
- Сформировать у ребёнка чувство защищенности и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.
- Активировать и обогатить воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

Установлено, именно в этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями. В этот период происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Изменение условий среды и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка усилий, вызывают появление стадии напряженной адаптации. От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода, длительность которого может достигать полугода, и дальнейшее развитие малыша.

Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния. Падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом. Общее подавленное состояние в совокупности с тем обстоятельством, что ребенок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования чужой вирусной флорой, нарушает реактивность организма, приводит к частым болезням.

В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени приспособления ребенка к детскому саду: **легкую (1-16 дней), среднюю (16-32 дня), тяжелую (32-64 дня).**

При **легкой** адаптации наблюдается кратковременное отрицательное эмоциональное состояние, которое выражается в снижении речевой активности, незначительных нарушениях поведения, ухудшении сна и аппетита.

Адаптация **средней** тяжести выражается в более значительных и длительных сдвигах в поведении, которые нормализуются лишь к концу месяца. Ребенок на короткое время теряет вес, нарушается речь, возникают легкие, продолжительностью 7-10 дней, заболевания, завершающиеся без осложнений.

При **тяжелой** адаптации привыкание ребенка идет длительно и сложно, затягивается порой на несколько месяцев. Оно сопровождается частыми повторными заболеваниями с осложнениями, стойким нарушением поведения, в ряде случаев, граничащем с неврологическими состояниями. Наблюдается замедление темпов физического развития, задержка в развитии речи и психики.

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.

Следовательно, на характер привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов:

- возраст ребенка,
- состояние здоровья,
- сформированность опыта общения,
- степень родительской опеки.

От того, как пройдет привыкание ребенка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависят его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и в семье. В раннем возрасте на смену ситуативно-личностному общению приходит ситуативно-деловое, в центре которого - овладение ребенком совместно со взрослыми миром предметов, назначение которых сам малыш открыть не в состоянии.

В ходе делового общения формируются особые связи с окружающими людьми.

Чем отличается эмоциональный контакт от делового, практического? Прежде всего, эмоциональные отношения - это отношения избирательные. Они строятся на основе опыта личностного общения с самыми близкими людьми. Если младенец первых месяцев жизни одинаково доброжелательно относится к любому взрослому, ему достаточно самых простых знаков внимания со стороны последнего для того, чтобы отозваться на них радостной улыбкой, гулением, протягиванием ручек, то уже со второго полугодия жизни малыш начинает четко различать своих и чужих.

Если ребенок заикнется на одном только личностном общении с матерью, это создаст трудности в установлении контактов с другими людьми.

Переход к новой форме общения необходим. Только он может быть залогом успешного вхождения ребенка в более широкий социальный контекст и благополучного самочувствия в нем. Этот путь не всегда прост и требует определенного времени и внимания со стороны взрослых.

Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками. Впервые попав в дошкольное учреждение, они быстро откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки. Для них это - привычное занятие. В случае затруднения такие дети упорно ищут

выход из ситуации, не стесняясь, обращаются за помощью к взрослому. Они любят вместе с взрослым решать предметные задачи: собрать пирамидку, конструктор. Для ребенка, умеющего хорошо играть, не составляет труда войти в контакт с любым взрослым, так как он владеет средствами, необходимыми для этого.

Одна из главных задач педагогов и психолога дошкольного образовательного учреждения заключается в решении вопроса об адаптации детей к детскому саду; в оказании помощи в построении взаимоотношений между детьми, родителями. Важно построить отношения, которые создают ощущение комфорта, уверенности, взаимоуважения, взаимопомощи, способности решать проблемы по мере их возникновения.

Именно поэтому необходима целенаправленная организация жизни младшего дошкольника в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Основные формы работы с родителями в период адаптации:

Родительские собрания.

Анкетирование.

Сайт ДОУ.

Беседы.

Папки передвижки, Буклеты.

Консультации

Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

В период адаптации детей взрослым следует ласкать ребенка, особенно во время укладывания: гладить ему ручки, ножки, спинку. Исполнять колыбельные песни перед сном. Колыбельные песни снимают тревожность, возбуждение, действуют на ребенка успокаивающе. Этому способствуют плавная мелодия, ритмическое сочетание слова и движения.

Затормаживают отрицательные реакции монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому есть смысл предложить ребенку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колесики, соединять детали крупного конструктора "Лего".

Комплекс специальных упражнений поможет ребенку выработать силу воли, увеличить чувствительность и узнать много нового о своем теле. Занятия укрепят и сделают более эластичными мышцы, разработают суставы, а движения станут более красивыми и пластичными. Кроме этого, с помощью

телесно-ориентированной терапии оздоравливаются внутренние органы и улучшается самочувствие. Нужно чаще предлагать ребенку попить. Выпив воды, ребенок успокаивается.

Релаксационные игры (песок, вода) - релаксация - это снятие напряжения, расслабление, отдых. За основу упражнений по релаксации взяты приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению.

Сказкотерапия - это процесс воспитания Внутреннего мира Ребенка, развития души, повышение уровня осознанности событий, приобретения знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы.

Правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов "ребенок -- взрослый" и "ребенок - ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения. Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

Игры, способствующие накоплению детьми опыта общения с малознакомыми взрослыми и детьми

«Иди ко мне»

Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и зовет его к себе, приговаривая: «Иди ко мне, ты мой хороший!». Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: «Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!»

«Выдувание мыльных пузырей»

Воспитатель на прогулке выдувает мыльные пузыри. Пробует получить пузыри, покачивая трубочкой, не дую в нее. Считает, сколько пузырей может удержаться на трубочке за один раз. Пытается поймать на лету все пузыри, пока они не коснулись земли. Наступает на мыльный пузырь и удивленно спрашивает у детей, куда он пропал. Затем учит каждого ребенка выдувать мыльные пузыри

«Хоровод с куклой» (проводится с 2-3 детьми)

Воспитатель приносит новую куклу. Она «здоровается» с детьми, гладит каждого по голове. Взрослый просит детей по очереди подержать куклу за руку. Кукла «предлагает потанцевать». Воспитатель ставит детей в кружок, берет куклу за одну руку, другую дает ребенку и вместе с детьми двигается по кругу вправо и влево, напевая простую детскую мелодию (например, «Веселую дудочку» М. Красива).

«Давайте познакомимся!»

Дети с воспитателем становятся в круг. Ведущий держит мяч (для этой игры лучше использовать надувной мяч, так как, во-первых, он легкий и неприятности при его ловле исключаются, а во-вторых, он обычно яркий, красочный, что, безусловно, привлекает малышей. Можно также использовать и раскрашенный воздушный шар, но здесь могут возникнуть сложности в его пересылке на дальние расстояния), называет свое имя и имя того, кому бросает мяч. Названный ребенок ловит мяч, называет свое имя и имя следующего участника игры. Здесь важно участие воспитателя, так как дети быстрее запоминают его полное имя и он может называть по имени тех детей, которых группа еще не запомнила.

Обычно малыши с удовольствием играют в эту игру, но ее можно и разнообразить: например, вместо мяча передавать игрушку (самую красивую!) или предложить детям поприветствовать друг друга по имени. Вариантов может быть множество, придумывайте вместе с детьми!