**Психолого-педагогическая  деятельность по оптимизации процесса успешной адаптации детей к условиям  дошкольного образовательного учреждения**

Для оптимизации процесса адаптации к условиям дошкольного учреждения необходима четкая и последовательная работа всех сотрудников образовательного учреждения с привлечением родителей своих воспитанников.

Первоочередным является сбор сведений о ребенке, семье. Для этого родителям предлагаются анкеты (Приложение 1), где родители, отвечая на предложенные вопросы, дают исчерпывающую характеристику своему ребенку. В свою очередь сотрудники ДОУ анализируют данные материалы, делают выводы об особенностях поведения ребенка, сформированности его навыков, об интересах и т.п. Это помогает воспитателям правильно общаться с детьми в адаптационный период, помочь детям легче привыкнуть к новым для них условиям.

Для оптимизации процесса успешной адаптации к условиям дошкольного учреждения также необходимо провести работу с семьей – дать квалификационные рекомендации по подготовке ребенка к условиям общественного воспитания (соблюдение режима дня в семье, сформированности необходимых культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания, умение ребенка вступать в общение со взрослыми и детьми). Проводя беседы с родителями будущих воспитанников детского сада, раскрываются основные закономерности формирования навыков и привычек, их последовательность; значение своевременного формирования необходимых навыков для общего развития ребенка и для его хорошего самочувствия в адаптационный период. Воспитатели знакомят родителей с картами нервно-психического развития детей, объясняя, что должен уметь ребенок этого возраста (Приложение 2, 3).

До приема детей в группу необходимо проводить родительское собрание, в котором принимают участие заведующая детским садом, методист, психолог, медики и, конечно, воспитатели групп детей раннего возраста. Специалисты раскрывают особенности работы детского сада, групп детей раннего возраста, знакомят с направлениями педагогической деятельности образовательного учреждения, отвечают на вопросы родителей.

Для организации успешной адаптации детей раннего возраста, воспитатели составляют план воспитательно-образовательной деятельности  (Приложение 4). При этом выбирают разнообразные направления работы: развлечения, консультации для родителей, памятки, интересные для детей дидактические игры, подвижные игры, способствующие возникновению положительных эмоций у детей, элементы устного народного творчества. Использовались различные методы, приемы и формы организации детей, как в групповой комнате, так и на свежем воздухе.

А так же для того чтобы прошла успешная адаптация детей раннего возраста, необходимо следовать следующим рекомендациям для воспитателей и родителей (Приложение 4,5):

Рекомендации для воспитателей:

- любите детей и относитесь к ним как к своим;

- помните об индивидуально-психологических особенностях развития каждого ребенка;

- приобщайте ребенка в доступной форме к социальным и нравственным нормам;

- необходимо наладить контакт с родителями детей, поступающих в дошкольное учреждение;

- проводите консультации и беседы с родителями, знакомьте с режимом дня детского сада, с требованиями к ребенку;

- по возможности посетите семью ребенка, узнайте о привычках и интересах детей;

- проводите родительские собрания до поступления детей в детский сад.

В своей работе воспитатели должны использовать анкетирование, посещения ребенка на дому, папки-передвижки, наглядные формы педагогической пропаганды (стенды), консультации для родителей, беседы с родителями, родительские собрания.

Рекомендации для родителей:

- любите своего ребенка таким, какой он есть;

- радуйтесь своему ребенку;

-разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;

- слушайте ребенка, не перебивая;

- установите четкие и определенные требования к ребенку;

- не устраивайте для ребенка множество правил;

- будьте терпеливы;

- каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;

- в разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;

- поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;

- чаще хвалите ребенка;

- поощряйте игры с другими детьми;

- интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;

- не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;

- помните, что авторитет родителей основан на достойном образце поведения;

- прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ДОУ;

- посещайте групповые собрания.

Итак, чтобы дети легко адаптировались к условиям детского учреждения необходимо выполнение следующих задач:

1. сотрудничество и координация усилий психолога воспитателей и родителей;
2. обеспечение возможности участия родителей в жизни ребенка в условиях ДОУ;
3. установление доверительного личностного контакта с каждым ребенком, проявляя индивидуальную заботу;
4. установление ритуалов встречи и прощания с каждым ребенком;
5. в процессе общения способствовать объединению детей, закладывая традиции групповых взаимоотношений;
6. систематически поддерживать интерес ребенка в деятельности уверенности в себе, самостоятельность и инициативность;
7. разработать индивидуальный режим адаптации ребенка к условиям ДОУ;
8. согласование действий родителей и педагогов в сближении подходов воспитания в семье и детском саду;
9. создание для ребенка фона уверенности, обеспечивающей психологический комфорт, радость, заботу, внимание, доброжелательность и чуткость;
10. учет индивидуальных и психологических особенностей ребенка;
11. формирование у ребенка адекватных форм общения со взрослыми и сверстниками.

Таким образом, совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей является залогом успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Семья – социальная общность, которая закладывает основы личностных качеств ребенка. При жизни в определенных, устойчивых условиях ребенок постепенно приспосабливается к влияниям окружающей среды: к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Поступление в детский сад изменяет почти все условия жизни маленького ребенка. Именно сотрудники детского сада и родители, объединив свои усилия, обеспечивают малышу эмоциональный комфорт.

Проведения комплексных медико-педагогических мероприятий до поступления ребенка в ясли и в период адаптации к детскому учреждению способствует более легкому привыканию к новым условиям.

Рассмотренные аспекты в ходе данной работы доказывают, что существует много условий, которые оказывают влияние на адаптацию ребенка раннего возраста к дошкольному учреждению.

Важным фактором, влияющим на характер поведения ребенка в процессе привыкания, является личность самого воспитателя, который должен любить детей, быть внимательным и отзывчивым по отношению к каждому ребенку, уметь привлечь его внимание. Воспитатель должен уметь наблюдать и анализировать уровень развития детей и учитывать его при организации педагогических воздействий, должен уметь управлять поведением детей в сложный для них период привыкания к условиям детского учреждения.

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями. Работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад.

Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду.

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку — так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамами.

Задача воспитателя — успокоить прежде всего 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.

В свою очередь, родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

**Приложение 1**

Анкета для родителей

 Уважаемые родители, мы будем благодарны, если вы ответите на эти вопросы.

Ваши ответы помогут нам лучше узнать ваших малышей и облегчить его жизнь в адаптационный период.

Поведение

1 Преобладающее настроение вашего ребенка (бодрое; уравновешенное или раздражительное; неустойчивое; подавленное).

2 Характер засыпания (быстро; в течение 10 минут; очень медленное; медленное).

3 Характер сна (спокойный; неспокойный).

4 Аппетит вашего ребенка (хороший; избирательный; неустойчивый; плохой)

5 Отношение вашего ребенка к высаживанию на горшок (положительное; отрицательное).

6 Навыки опрятности (просится на горшок; не просится, но бывает сухой; не просится; ходит мокрый).

7 Нежелательные для этого возраста привычки (сосет палец или пустышку; раскачивается, когда спит или сидит).

Личность

Проявление познавательных потребностей в повседневной жизни и при обучении.

1 Проявляет ли ребенок интерес к игрушкам, предметам дома и в новой, незнакомой обстановке?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 Интересуется ли действиями взрослых?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 Внимателен ли он при этом, активен ли он, усидчив?\_\_\_\_\_\_

4 Инициативность в игровой деятельности (может или не может найти без посторонней помощи себе занятие; может или не может самостоятельно подготовится к игре)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5 Инициативность во взаимоотношениях со взрослыми (вступает в контакт по собственной инициативе; не вступает в контакт)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6 Инициативность в отношениях с детьми (вступает в контакт по собственной инициативе; не вступает в контакт)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7 Самостоятельность в игре (умеет играть самостоятельно в отсутствии взрослого; не умеет играть самостоятельно)?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение 2**

**Индивидуальная психологическая карта ребенка на адаптацию в ДОУ.**

Группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Откуда поступил  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ФИО ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Дата поступления \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Группа адаптации при поступлении\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рекомендации педагога-психолога |  |  |
| Речь | Инициативная |  |  |
| Ответная |  |  |
| Связана с воспоминаниями о близких |  |  |
| Навыки взаимоотношения | С детьми | Инициативен |  |  |
| Ответные |  |  |
| Отсутствует |  |  |
| Со взрослыми | Инициативен |  |  |
| Ответные |  |  |
| Отсутствует |  |  |
| Деятельность | Предметная деятельность |  |  |
| Наблюдение подражание |  |  |
| Бездеятельное |  |  |
| Эмоциональное состояние | Уравновешенное |  |  |
| Неуравновешенное |  |  |
| Отрицательное |  |  |
| Сон | Сон |  Характерные Длительный |  |  |
| Засыпание | Длительное Характерное |  |  |
| Аппетит |  |  |
| Дата |  |  |

**Приложение 3**

**Советы родителям в адаптационный период**

1. Начать водить ребенка в ясли за месяц до выхода мамы на работу.

2. Первое время приводить ребенка на 2-3 часа.

3. Если ребенок трудно привыкает к детскому саду (1 группа адаптации), то мама может находиться в группе вместе с ребенком, чтобы познакомить ребенка с окружающей его обстановкой и “влюбить” в воспитателя.

4. Сон и еда являются стрессовыми ситуациями для детей, поэтому в первые дни пребывания ребенка в детском саду не оставляйте его на сон и прием пищи.

5. Первые 2-3 недели ребенка рекомендуется приводить и забирать одному и тому же члену семьи.

6. В период адаптации, в связи с нервным напряжением, ребенок ослаблен и в значительной мере подвержен заболеваниям. Поэтому в его рационе должны быть витамины, свежие овощи и фрукты.

7. Тщательно одевать ребенка на прогулку, чтобы он не потел и не замерзал, чтобы одежда не стесняла движений ребенка и соответствовала погоде.

8. Помнить, что период адаптации – сильный стресс для ребенка, поэтому нужно принимать ребенка таким, какой он есть, проявлять больше любви, ласки, внимания.

9. Если у ребенка есть любимая игрушка, пусть он берет ее с собой в детский сад, с ней малышу будет спокойнее.

10. Интересоваться поведением ребенка в детском саду. Советоваться с воспитателем, медиками, психологом, для исключения тех или иных негативных проявлений.

11. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

**Приложение 4**

Уважаемые родители!

Если ваш малыш все еще с трудом расстается с вами по утрам и испытывает отрицательные эмоции, предлагаем несколько советов, которые помогут наиболее безболезненно оставлять малыша в группе.

     \*Скажите ребенку уверенным и доброжелательным тоном, что вам пора идти

      \*Поцелуйте его, словно ничего не происходит,  уходите не задерживаясь.

      \*Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например словами: «Вижу, у вас ожидается веселый день».

      \*Скажите ребенку, как он может определить время, когда вы должны за ним прийти (например сразу после обеда), и будьте точны.

      \*Попрощавшись, уходите не оборачиваясь.

Уважаемые родители!

Для того чтобы ваш ребенок быстро и легко привык к новому образу жизни, который предлагает дет/сад, чувствовать себя в группе уверенно и комфортно, мы просим Вас о сотрудничестве:

1. До поступления в дет/сад:

• Создать дома такие условия, которые по возможности были бы приближены к условиям дет/сада (домашний режим не следует резко менять на садовый,  лучше постепенно приближать).

• Соблюдать режим соответствия возраста ребенка.

• Формировать навыки самостоятельности.

• Тренировать адаптационные возможности.

• Воспитывать доброжелательное  отношение к сверстникам и взрослым.

• Побеседовать с мед. сестрой  дет/сада, были ли токсикозы и заболеваемость мамы во время беременности, осложнения во время родов, рассказать о состоянии здоровья Вашего ребенка (стоите ли на учете «Д»), были ли травмы при рождении, как часто болеет, есть ли в семье другие дети, живут ли с бабушкой и дедушкой, есть ли опыт поведения в адаптационный период)

• До поступления в дет/сад познакомиться с группой и воспитателями и рассказать о ребенке как можно больше, все, что вы особо считаете важным.

     2. Во время адаптации:

     • создать дома чадящий режим (спокойная обстановка, не включать на большую громкость телевизор и т.д)

     • чаще находиться с ребенком на свежем воздухе.

     • не создавать дополнительную нагрузку на нервную систему (не ходить в гости, не приглашать гостей)

     • закрепить положительные впечатления о дет/саде, о новых друзьях, проявлять больше интереса.

     • Информировать воспитателя об изменениях в его поведении, состоянии (улучшение или ухудшение), замеченных за время пребывания дома.

     • Если что-либо волнует вас связанное с дет/садом не обсуждайте это при ребенке, но обязательно поделитесь всеми опасениями с сотрудниками нашего учреждения.

1. Режим адаптации:

      •  Мы просим Вас приходить в группу в период с 7.30 до 8.00ч. утра и забирать ребенка  первые два дня в10.00ч., следующие два дня в 12.00ч., затем малыша оставляем на сон .

            • Если малыш хорошо себя чувствует в течении дня его затем оставляем на целый день.

***Мы готовы прислушаться ко всем Вашим пожеланиям и советам!!***

**Приложение 5**

**Стандартные рекомендации по подготовке ребенка**

**к  посещению детского сада для родителей**

1. Убедитесь в собственной уверенности в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок чувствует, если родители сомневаются в целесообразности «садовского» воспитания, и любые их колебания использует для того, что бы воспротивиться расставанию с ними.  Легче и быстрее привыкают дети у родителей, которых нет альтернативы детскому саду.

2.  Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы он пошел в детский сад. Ниже приводится примерный рассказ.

«Детский сад – это такой красивый дом,  куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек.

 Ты все это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. В саду дети едят, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром  я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие папы и мамы хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех детей. Тебе повезло, осенью я тебя поведу туда. Нам надо подготовиться к этому. Купить тебе необходимые вещи, выучить имена воспитателей, няни и выучить правила жизни в детском саду».

3. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребенку, как ему повезло - осенью он сможет ходит сюда. Рассказывайте родным и близким в присутствии малыша о детском саде, о том, что их малыша приняли в детский сад.

4.  Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет рассказ и чем чаще вы его будете повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у него: что будет делать в саду после прогулки, куда будет складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что будет делать после обеда? Такими вопросами вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Детей пугает неизвестность, но, когда они видят, что ожидаемое событие происходит, как было и обещано, они чувствуют себя увереннее.

5. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он сможет обратиться за помощью, как он сможет это сделать. Например: «Если ты хочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И Роза Радиуловна нальет тебе воды. Если хочешь в туалет, скажи об этом. Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так как он хочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Скажите малышу: «Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей - тебе придется немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации дома с ребенком. Например, вы – воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придется , просит пить. Хорошо, если ваш малыш захочет быть мишкой или воспитателем в этой игре. Поддерживайте такие игры.

6. Приготовьте вместе с ребенком вместе с ребенком «радостную коробку», положив туда, небольшие игрушкам, которые остаются привлекательными для вашего ребенка и уж точно обрадуют других детей. Это могут быть забавные различные предметы- книги с картинками, поделки из бумаги и т.д. За лето вы наполните коробку – осенью вам проще будет отправлять вашего малыша в детский сад: с игрушкой веселей идти и проще завязать отношения с другими детьми.

7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, а не отнимать игрушки; предлагать свои игрушки, свои услуги.

8.  Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего малыша по имени. Спрашивайте о них дома. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

9.  Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.

10. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Идеальных людей нет, но прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.

11. В присутствие ребенка избегайте критических  замечаний в адрес детского сада или его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

12. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы с ним проводите меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка, говорите: «я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно, но ты у меня смелый и ты скоро привыкнешь и тебе будет интересно в саду, ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой, у тебя все получится».

13. Помните, что на привыкание к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, планы и возможности. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

14. Если через месяц ваш ребенок не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те, о которых вы забыли.

15. Если вы продолжаете испытывать потребность в контакте со специалистами, педагоги и психологи детского сада ждут вас!