***Воспитатель МБДОУ №23***

***Махонова Любовь Васильевна***

**Доклад из опыта работы**

**«Психологические приемы, направленные на сохранение психологического здоровья и облегчающие адаптацию ребенка к ДОУ».**

Адаптация-это привыкание организма и личности к новой обстановке. В любом возрасте, когда ребенок идет в дошкольное учреждение для него это напряжение. Даже в самых благоприятных условиях. Перемена в жизни ребенка при поступлении в дошкольное учреждение будет связана со сложностями. В домашних условиях ребенок чувствует себя уютно. Так как, условия жизни примыкают к его личностным нуждам. А в дошкольном учреждение ребенку надо самому приучаться к новым правилам. Привыкнуть к окружающей обстановке. Требованиям и условиям. Также придеться включиться в среду ровесников. Даже самый человечный воспитатель, работающий с малым количеством детишек. Не сможет проявить такую же заботу, интерес и проявить участие. Как мама. Это будет считаться как утрата, нехватка заботы. Таким образом в детском саду ребенку нужно адаптироваться: к новым людям, так как ребенок в первую очередь привыкнет к воспитателю, который будет за ним присматривать.; к новым приглашением новому порядку, новому месту, к новым продуктам питания. Новым обстановке еды и сна; к группе своих ровесников. Любой маленький по-особому подвергается процессу адаптироваться к детскому саду (один ребенок просто расстаться с мамой и отважно заходит в группу, второй малыш может заплакать по любой причине после ухода мамы, третий на уход мамы реагирует бурным скандалом, которая может тянуться до прихода родителей). В следствие этого привыкание у разных ребяток будут различны.

В зависимости от степени тяжести, момент привыкания ребенка к детскому саду возможно занимать от 1-2 недель до 4-5 недель, а порой захватывает ряд месяцев. На сегодняшний день профессионалы предоставляют 4 степени адаптации: 1. Ребенок за 1-2 недели свыкаться к детскому саду. 2. Ребенку нужно около 2х месяцев. 3. Ребенку надо около 3х месяцев. 4. Ребенку необходимо 4-ре месяца и более. Эта стадия считается самой тяжёлой и тогда стоит подумать о том, что, возможно стоит забрать ребенка из садика хотя бы на какое-то время.

Психологические приемы, облегчающие адаптироваться ребенку к детскому саду (приемы для родителей):

1 Мотивация ребенка. Вызвать у него интерес в визите дошкольного учреждения. Гуляя с малышом около детского сада объясняйте игры детей. Создавайте интерес в присоединении к детскому коллективу. Поход в садик нужно продумывать заранее. Важно, чтобы утро было без спешки. Если малыш с трудом расстаться с мамой, его первое время может водить папа или кто-нибудь из близких.

2 Родителям нужно продумать свое поведение после возращения ребенка из детского сада. Стоит показать ребенку, как он необходим своим близким, как они соскучились по нему.

3 Изменить свое поведение родителям надлежит и во время болезни. Внимание к ребёнку должно быть ровно столько, сколько действительно необходимо для выздоровления. Чтобы не вызывать ощущения выгоды от болезни.

4 Осознание значимости ребенком его нахождения в детском саду для семьи.

5 Обратите внимание на развитие коммуникативных навыков. Умения вступать в общение со взрослыми и детьми. При благоприятных условиях садик станет полноценным тренингом общения для ребенка. Подготовкой к школе и к взрослой жизни в целом. Залог успешного посещения ребенком садика-контакт родителей и воспитателей. Умение и желание взаимно сотрудничать. Родителям необходимо спрашивать у воспитателей. Как ведет себя ребенок в группе, играет-ли с другими детьми, находит-ли контакт со сверстниками, выполняет-ли элементарные требования. В чем малышу надо оказать помощь, что подкорректировать дома. Педагоги всегда делиться с родителями такой информацией, ведь наиболее удачно адаптация проходит тогда, когда и в детском коллективе, и в семье спросы будут похожими.

**Список литературы:**

1. Борисова Т. Я люблю ходить в детский сад?! Как успешно адаптировать ребенка к дошкольному учреждению/Т. Борисова // Детский сад от А до Я. - 2009. - №2. - С.108-117

2. Бурмантова Е. Социально-педагогические механизмы успешной адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению/Е. Бурмантова // Детский сад от А до Я. - 2009. - №2. - С.34-47

3. Васильева Н. К вопросу о психологической адаптации детей дошкольного возраста/Н. Васильева // Дошкольное воспитание. - 2009. - №2. - С.35-38

4. Жердева Е.В. Дети раннего возраста в детском саду [Текст] /Е.В. Жердева //. - Изд.2-е. - Ростов Н/Д: Феникс. - 2007. - С. 192

5. Кирилова Т. Одинадцать советов для родителей, чьи дети посещают детский сад/Т. Кирилова // Детский сад отА доЯ. - 2011. - №4. - С.104-106

6.Кошелева А.Д. Эмоциональное благополучие ребенка в ДОУ/А.Д. Кошелева. - М., 2004

7. Муравьева А.К. Адаптация в детском саду/А.К. Муравьева // Детский сад от А до Я. - 2012. - №1. - С.94-102