

КОНСУЛЬТАЦИЯ АДАПТАЦИЯ БЕЗ СЛЁЗ



У каждого ребенка при поступлении в детский сад начинается период адаптации. И его нужно обязательно пройти, чтобы приучить малыша к жизни в социуме. Адаптация в детском саду в возрасте 2–3 лет происходит особенно остро, поскольку маленькие дети за пределами родных стен все воспринимают со страхом. Задача родителей, воспитателей и педагогов-психологов – помочь им в этом.

В данной консультации учитываются психологические, физиологические и социальные особенности детей 2-3 лет. Консультация строится на основе рекомендаций и игровых упражнений для педагогов, направленных в первую очередь на обеспечение психологически комфортного пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.

На сроки адаптации влияют индивидуальные особенности ребёнка, особенности семейных отношений, время поступления в детский сад (начало сентября или более поздний срок), посещаемость.

Основной задачей для взрослых становится создание благоприятных условий социальной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения, способствующих повышению его адаптационных возможностей, необходимых для дальнейшего развития. Необходимо поддерживать положительное эмоциональное состояние детей. Создавать оптимальные условия для развития дошкольников, способствовать формированию адекватного поведения детей в период адаптации.

Важную роль в психологической готовности ребёнка к детскому саду играет готовность родителей оставить своего ребёнка в детском саду. Поэтому помощь детям в адаптации осуществляется и через взаимодействие с родителями. Важно проводить просветительскую работу, направленную на расширение психолого-педагогических знаний родителей. Это могут быть консультации, буклеты, беседы, круглые столы.

Безусловно основная нагрузка ложится на плечи педагогов детского сада. От их компетентности и профессиональной подготовки зависит как пройдёт адаптация у ребёнка.

Приём детей в детский сад следует проводить по подвижному графику, чтобы обеспечить малышам индивидуальный подход. В первые дни ребёнок не должен пребывать в группе больше 2-3 часов. Постепенно время пребывания увеличивается. Приём детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей. В период адаптации очень важно, чтобы каждый ребёнок чувствовал защиту и заботу со стороны взрослого. Поэтому педагогу необходимо как можно больше проводить время с детьми. Ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игра.

Ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игра. Главная и важная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта с педагогом, чувства спокойствия и защищённости.

С этой задачей педагогу помогут справиться грамотно подобранные занятия. Направленные на помощь детям привыкнуть к новой обстановке и научиться ориентироваться в ней. Создать положительный эмоциональный климата в группе, снять эмоционального напряжения, развить чувства ритма, координации движений.

Наиболее удобная структура занятий для детей младшего дошкольного возраста исходя из опыта может быть построена следующим образом. Каждое занятие начинается с приветствия (это может быть стихотворение, песенка, приветствие в кругу, держась за руки или игра «Поздоровайся частями тела»). Затем можно использовать упражнения, требующие согласованности действий всей группы (дети дружно шагают, бегают, хлопают ладошками по мячу, выполняют другие задания в соответствии с ритмом и словами стихотворения). Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу.

В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками.

Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями. Благоприятнее всего, когда занятие объединено одним игровым или сказочным сюжетом, поскольку от слишком частой смены героев и ситуаций дети переутомляются.

Особый интерес дети проявляют к занятиям с элементами сказкотерапии, телесно- ориентированными упражнениями.

Проводя занятия, педагог должен помнить о возрастных особенностях детей. Для малышей 2-3 лет очень важен их физиологический комфорт. Во время занятий ребёнок должен быть сытый, бодрый и в хорошем настроении. Время

проведения занятий должно быть правильно подобрано и проводится в одно и то же время.

У детей 2-3 лет внимание носит произвольный характер: малыш обращает внимание только на то, что ему интересно. Чем интереснее объект, тем дольше он задержит внимание крохи. Но как только интерес к объекту пропадает — ребёнок оставляет это занятие. Задача педагога сделать занятия интересными для детей и построить их в игровой форме.

Первые занятия необходимо направить на знакомства детей с педагогом и друг с другом, с помещением группы, игровой площадкой. Создавать позитивный настрой, желание посещать детский сад. (*Упражнения «Давайте познакомимся», «Я и моё имя»*)

Постепенно устанавливать доверительный контакт с педагогом. Создавать доброжелательную атмосферу в группе. (*Упражнение «Загрустишь я обниму»*)

Важно не забывать о занятиях на снятие эмоционального и мышечного напряжения. Развивать мелкую моторику рук и координацию движений. (*Игра «Мой весёлый, звонкий мяч», «Мои забавные пальчики»*)

Развивать эмоциональную сферу детей. Формировать дружеские отношения между детьми. Развивать коммуникативную сферу, речь, тактильное восприятие. (*Игра «Дружба — это чудо», «Давай дружить»*)

Уже на этом этапе ребёнка необходимо знакомить с эмоциональными состояниями (грусть, радость). Тем самым развивать эмоциональный интеллект ребёнка. (*Занятие «В царстве эмоций»*)

Необходимо развивать коммуникативную сферу, используя невербальные средства общения. (*Упражнение «Мы понимаем друг друга без слов»*)

