**Саратовская область**

**г. Энгельс**

**МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №9»**

**Заведующий**

**Ермолаева Алла Александровна**

**Статья**

**Мероприятия по адаптации к условиям в ДОУ**

 Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в сад у ребенка начинается новый этап в его жизни.

Поступление ребенка в дошкольное учреждение сопровождается проблемой адаптации к новым нормам и правилам жизни. Детский сад – ступень, на которой ребенок получает первый опыт взаимодействия с другими людьми, пытается найти свое место среди них, учится жить в ладу с самим собой и окружающими. Вопрос взаимодействия и понимания с окружающими друг друга актуален не только в новых условиях, но и внутри семьи, особенно по мере взросления ребенка.

Поступление ребенка в детский сад затрагивает все стороны его жизни. Это, прежде всего разлука со значимыми близкими, изменение привычного образа жизни, новый статус. Ребенок вынужден не только адаптироваться к новым условиям жизни, но и учиться взаимодействовать с незнакомыми взрослыми и сверстниками. Задача взрослых – помочь ребенку разобраться в этом сложном мире взаимоотношений. Успешная адаптация зависит от многих факторов – состояния здоровья ребенка, особенностей нервной его системы, развития навыков общения, а также грамотных действий родителей и сотрудников детского сада. Согласованные действия специалистов дошкольного учреждения и родителей могут значительно сократить процесс адаптации ребенка к детскому саду и сделать его менее безболезненным.

Весь адаптационный период проходит под контролем медико-педагогической службы с участием педагога-психолога.

 До момента поступления в группу педагогу необходимо получить первоначальные сведения о ребенке посредством беседы и анкетирования. В беседе следует задать вопросы о характере и привычках ребенка, состоянии его здоровья, навыках и потребностях в общении, любимых играх. Обязательно уточнить, как обращаются к ребенку дома по имени.

 Дружеская и доверительная обстановка в группе позволяет ребенку раскрыть свой потенциал, выразить себя, снять напряжение. Обучение детей осознанию и выражению своих чувств, создание проблемных ситуаций, конечно, представление творческой инициативы позволяют детям чувствовать себя более уверенно, успешно адаптироваться и различать уместное и неуместное поведение. Такие возможности дает совместная игровая деятельность – естественная форма познания окружающего мира в дошкольном детстве.

 Как показывает опыт исследования, постепенный переход ребенка в ясли снижает риск возможных инфекций, облегчает привыкание к новым условиям, учитывая индивидуальные особенности детей, можно быстрее найти индивидуальный подход к каждому ребенку.

 Мы стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации, и всячески предупреждаем и не допускаем проявлений тяжелой адаптации.

 Чтобы снизить возможность пребывания детей в стрессовых состояниях педагогами и специалистами ДОУ используются разнообразные игры с речевым сопровождением: хороводы, марши, песенки, потешки, стишки, «ладушки», «догонялки» и др. эти игры быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В этих играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер, спустя месяц идут на контакт со сверстниками и с взрослыми.

При поступлении в ДОУ все дети переживают адаптационный стресс. Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заряжаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Стрессовое состояние ребенка вызвано расставанием с родителями, непривычной обстановкой, появлением незнакомых взрослых и большим количеством детей.

Для того чтобы снизить пребывание детей в стрессовом состоянии проводятся групповые занятия с детьми по программе А.С. Роньжиной «Занятия психолога с детьми в период адаптации к ДОУ». Целью, которых является: преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста; обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период; формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации; снятие эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, излишней тревоги, агрессии; развитие навыков взаимодействия детей друг с другом, внимания, восприятия, речи, воображения, чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений, игровых навыков, произвольного поведения.

 Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации (да и пополнение группы вновь поступающими детьми может продолжаться на протяжении всего года обучения), занятия проводятся в течение всего учебного года. По продолжительности занятия идут от 10 до 15, 20 минут, каждое из занятий повторяется по 4-5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

Активно проводится работа с родителями. Родители заранее знакомятся с педагогами и сотрудниками сада, с организацией жизни малышей в детском саду, с режимом дня, режимом питания с образовательными программами, с воспитанием у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, с особенностями адаптационного периода и т.д. Проводятся беседы и консультации: «Адаптация детей. Первый раз в детский сад», «Можно и нельзя», «Критерии адаптации» и др. проводится анкетирование родителей для выявления особенностей развития детей.

 Проводятся совместные прогулки, открытые детские праздники. Совместные занятия, развлечения являются своеобразным «мастер-классом» для родителей, так как на них мы показываем новые средства и способы общения с детьми. А неформальная обстановка способствует более активному и открытому общению.

На протяжении адаптационного периода осуществляется ежедневный контроль за состоянием здоровья малышей, эмоциональным состоянием, аппетитом, сном ребенка (с этой целью на каждого ребенка заполняется адаптационный лист).

 Ведется наблюдение за режимными моментами, за особенностями общения с взрослыми и сверстниками, за посещаемостью по здоровью (результаты фиксируются в карту-схему наблюдений).

 Осуществляется постепенное заполнение группы. Неполное пребывание ребенка в детском саду в начале адаптационного периода.

В течение года давались рекомендации воспитателям с целью развития у детей предметных действий, моторики, речи.

Результатом проведение данной работы с детьми явилось то, что дети стали охотнее идти на контакт, меньше отмечено зажимов как мышечных, так и эмоциональных. Развитие координации движений носит положительный характер, отмечена сосредоточенность на физкультурных и музыкальных занятиях.

Диагностическое обследование показало положительную динамику в развитии у детей познавательных навыков.

***Список использованных источников:***

<http://www.bestreferat.ru/referat-148473.html>

<http://www.maam.ru/detskijsad/doklad-na-temu-rol-igry-v-adaptacionyi-period-detei-ranego-vozrasta.html>