**Условия успешной адаптации**

Рыжакова Светлана Борисовна, воспитатель,

МБДОУ № 79, Иркутск, Иркутская область

Поступление ребенка в дошкольное учреждение - процесс сложный и для самого ребенка, и для родителей. Для ребенка это - сильное стрессовое переживание, отрыв от родных людей который необходимо смягчить. Малышу предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он привык в семье.

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее:

1. **Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.**

Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу.

Большое значение имеет создание развивающей предметно-пространственной среды среды.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие комнатки, в которых дети будут чувствовать себя комфортно. Хорошо, если в группе будет небольшой «домик», где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть.

Желательно рядом с «домиком» разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

В группе необходим и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей 2-3 лет в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Малыши еще не владеют речью настолько, чтобы выразить четко свои чувства и эмоции. Поэтому невыраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, потому что никаких внешних причин для такого проявления эмоций нет.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решить эту проблему, в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, восковыми мелками на прикрепленном к стене листе бумаги.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении. Для разнообразных и увлекательных игр используются небьющиеся сосуды разной конфигурации и объема, ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки. Дети могут купать в воде резиновых кукол, набирать в резиновые игрушки воду и выталкивать ее струей, пускать по воде кораблики и т. д.

В период адаптации у ребенка возникает потребность в эмоциональном контакте со взрослым.

Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

**2. 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.

**3. 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.

В утренний отрезок времени чтобы создать в группе спокойную обстановку можно провести различные пальчиковые игры, например: «Утёнок», «Пальчик-мальчик» и многие другие.

Помогут нам в создании спокойной обстановки и игры –забавы: «Ути-ути», «Коза-рогатая», «По ровненькой дорожке».

Для сплочения детского коллектива хорошо использовать хороводные игры, например**:** «Пузырь», «Каравай», «Мы топаем ногами», «Баба сеяла горох».

Для знакомства детей друг с другом, хорошо поиграть в игру: «Ласковая цепочка». Воспитатель вместе с детьми садится на ковре в круг и гладит по голове ребенка, сидящего слева от него: «Ребятки, посмотрите, какой хороший у нас Игорек, какие у него волосики!». Затем предлагает Игорю погладить по головке Сонечку. Если ребенок не решается, воспитатель помогает ему. Педагог комментирует действия каждого малыша, ласково называет детей по именам.

Когда все дети погладят по голове сидящих рядом малышей, воспитатель продолжает игру, придумывая другие действия (обнять за плечи, дотронуться до руки, хлопнуть в ладоши и т. д.). Обычно дети приходят в восторг от этой игры и начинают сами придумывать новые действия.

Мы заметили, что длительность адаптации зависит от индивидуальных особенностей каждого малыша, от правильного подхода взрослых к привыканию детей. Если ребёнок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптация проходит сравнительно легко и быстро.