**В ПОМОЩЬ ВОСПИТАТЕЛЮ**

**Рекомендации по организации адаптации детей.**

**Как помочь ребёнку осознать себя**

Для воспитателя, встречающего новую группу детей, особенно важно разобраться, как дети воспринимают себя и своё окружение в детском саду, и каким детям может понадобиться помощь в адаптации к статусу садовского, а не домашнего ребёнка. По результатам общего наблюдения можно составить индивидуальные планы на каждого ребенка с учетом его сильных и слабых сторон.

1. **Что делать, если ребёнок трудно расстаётся с родителями**

Учиться легко расставаться нужно и ребёнку и его родителям, особенно матери. 

- заранее познакомьтесь с ребенком и его родителями.

- принимайте детей в группу постепенно, это позволит вам уделять больше внимания всем новичкам и облегчит детям процесс знакомства.

- не перегружайте помещение материалами, чем больше материалов на полках комнаты в первые дни, тем это утомительнее для некоторых детей. Поэтому в первые дни и недели ограничьтесь небольшой выборкой материалов в каждой зоне и увеличивайте их число постепенно.

- используйте "переходный" материал, дети легче адаптируются от домашних условий к садовским, если под рукой есть знакомые предметы, образующие мостик между домом и группой. Выделите, например, зону, где ребёнок может повозиться с водой — баночки, губки, тазики надолго займут его и отвлекут от мыслей о родителях.

- используйте визиты родителей и родственников. В первые дни позвольте родителям оставаться в саду сколько угодно или приходить в любое время. Застенчивым детям легче освоиться в новом окружении, держась за мамину руку. Кроме того, в начале года некоторых детей можно забирать пораньше.

- покажите, что полностью понимаете ребёнка. До настоящего момента самосознание ребёнка строилось на том, как его воспринимала семья. Теперь ребёнок чувствует и отношение к нему воспитателя. Покажите, что вы безоговорочно принимаете ребенка таким, каким он есть. Демонстрируйте это вербально и невербально. Скажите ребёнку, как вам приятно видеть его в группе. Чаще обращайтесь к нему по имени. Усиленно хвалите ребёнка всякий раз, когда ему удаётся выполнить даже самое незначительное задание.

Помните, что для остальных детей моделью служит ваше поведение и их отношение к застенчивому новичку будет подобно вашему.

1. **Как добиться, чтобы ребёнок не был слишком "приклеен" к воспитателю:**

Следующим шагом на пути развития осознания своего "я" станет умение ребёнка выработать в себе достаточную уверенность, чтобы самостоятельно или вместе с детьми находиться в новом окружении без помощи воспитателя или другого взрослого. Дети с рождения очень привязаны к членам семьи, поэтому в детском саду они выбирают какого-то воспитателя на роль "временного заместителя" мамы и стараются всё время находиться около него. Вот почему так важно, чтобы в группе работали постоянные педагоги, а новый воспитатель был бы предварительно представлен детям несколько раз и некоторое время поработал бы вместе со старым.

- Терпеливо относитесь к "приклеенному" малышу. Вы должны принять его, понимая, что это психологическая особенность развития личности. Чувствуя, что вы спокойно воспринимаете постоянное присутствие ребёнка рядом, он скорее станет самостоятельным, чем если вы будете всё время подталкивать его. 

- Используйте то, что "приклеенный" ребёнок выполняет советы взрослого, подойдите вместе со своим "хвостом" к столику и начните собирать головоломку. Если "хвостик" увлечётся предложенным делом, попробуйте переместиться к другой группе детей. Или же начните играть во что-то и предложите "приклеенному" помочь вам. Если ребёнок принимает ваши советы и увлекается предложенной деятельностью, то он скоро станет самостоятельным, если же нет, то ещё рано и не следует настаивать.

- Наблюдайте за ребёнком. Если он следит за играми детей, находясь под вашей защитой — это одно, а если отошёл от вас и явно хотел бы присоединиться к ним, то ,наверное, пора помочь ему в этом.

- Попросите ребёнка помочь взрослому или другому ребёнку. Иногда "приклеенный" может быть вовлечён в общую деятельность в качестве чьего-то помощника. Попросите его принести вам краски или игрушки, помочь одеть куклу, или покормить рыбок. Ребёнок будет уходить от вас, возвращаясь обратно, как дома с мамой. Ещё можно попросить помочь вам другого ребёнка. Дайте обоим детям общее задание и попытайтесь оставить их выполнить эту работу самостоятельно.

- посмотрите, чем интересуется ребёнок. Можно успешно вовлечь «приклеенного» ребёнка в общую деятельность, если знать его интересы.

Здесь поможет беседа с ним, а если ребенок еще не умеет разговаривать, то наблюдение.

1. **Как помочь ребенку устанавливать зрительный контакт со взрослым:**

Невербальные сигналы, отражающие душевное состояние, очень важны. Педагогам, работающим с маленькими детьми, необходимо научиться правильно расшифровывать эти сигналы. Выражение лица, наклон головы, напряжение мышц, осанка — все это содержит важную информацию о людях. Не следует забывать, что большинство детей 3-4 лет плохо владеет вербальными способами коммуникации, поэтому на подсознательном уровне они воспринимают невербальные сигналы, исходящие от нас. Особенно важны визуальные сигналы. Глаза отражают все эмоции, язык может солгать, а глаза — никогда, дошкольники находятся в так называемой эгоцентричной стадии развития. Если вы попросите малыша спрятаться, возможно, он просто закроет глаза, думая, что если он вас не видит, то и вы его не можете видеть. Дети, испытывающие какие-то трудности от вашего присутствия в группе, могут в целях самозащиты попытаться использовать аналогичный приём: отказываясь устанавливать зрительный контакт, они думают, что вы не можете увидеть их или что вас вообще нет в комнате. Визуальный контакт необходим со всеми членами группы, чтобы можно было ослабить напряжение любой конфликтной ситуации, подбодрить застенчивых детей или успокоить напуганных, не говоря ни слова. Известно, что чем больше нам кто-то нравится, тем чаще мы на него смотрим. Это относится и к педагогам, и к детям. Поэтому очень важно никому не отдавать визуального предпочтения, ведь дети очень быстро поймут, кто ваш любимчик, а кто наоборот.

- Сами устанавливайте зрительный контакт с ребёнком. Модель поведения для всех детей группы задаёте вы. Если вы хотите добиться от детей выполнения каких-то действий — выполняйте их сами. Почаще смотрите в глаза застенчивому ребёнку и помните, что, когда он попытается в ответ взглянуть на вас, вы должны ответить улыбкой.

- Будьте терпеливы. Не пытайтесь искусственно ускорить ход событий. Помните, что нежелание ребёнка устанавливать зрительный контакт с вами указывает на то, что в силу каких-то причин он не чувствует себя настолько уверенно в вашем присутствии, чтобы вернуть взгляд. В отказе нет ничего направленного лично против вас. Как только у ребёнка появится уверенность в себе, он пойдёт на установление зрительного контакта.

**4. Как научить ребёнка выбирать себе занятие без помощи воспитателя.**



Иногда мы все испытываем большое искушение дать ребёнку совет, чем заняться, да и большинство детей ждут от взрослых таких подсказок. Боритесь с этим искушением. Пусть ребёнок учится делать самостоятельный выбор и принимать собственные решения. Это очень важно для формирования его личности.

- Создайте подходящую развивающую среду. Среда должна содержать ограниченное количество материалов в каждой зоне. Особенно это важно для двух - трехлеток. Слишком сложно организованная среда угнетает их, создает ощущение дискомфорта. А вот для детей 4-5 лет, наоборот, требуются разнообразные материалы. В этом возрасте ребенок уже не боится новизны, а стремится к ней.

- Дайте детям время. Не торопитесь. Почувствовав себя уверенно рядом с вами, дети постепенно начнут сами выбирать себе занятие. Некоторым детям хочется перепробовать все возможные варианты, прежде чем остановиться на чем-то одном. А кому-то просто требуется больше времени для принятия решения — всё это нормально.

- Будьте опорой в исследовательской деятельности детей. Сядьте или встаньте в той части комнаты, где ребенок может видеть вас, т.е. достаточно близко от игровой зоны, но не непосредственно в ней. Так дети, которым для чувства безопасности необходимо ощущать присутствие взрослого, смогут установить с вами зрительный контакт, увидеть вашу ободряющую улыбку или даже на какое-то время подойти к вам. Кстати, при таком положении ''приклеенный" ребенок сможет наблюдать за тем, как играют другие дети, и захотеть в какой-то момент присоединиться к ним.

1. **Как приучить ребёнка играть со сверстниками:**

Стремление играть вместе со сверстниками необходимо для осознания своей личности, это шаг на пути социализации. Не все дети сразу начнут играть в компании, некоторые сначала предпочтут одиночество. Когда -одиночка" начинает присоединяться к группе, это признак того, что он достиг следующего этапа самосознания. Какую помощь может оказать педагог?

- Помогите найти друга. У большинства детей, привыкших иметь дело с ограниченным крутом домашних, переполненная группа вызывает чувство дискомфорта. Некоторым из них легче сначала установить отношения с кем-то одним, а потом через образовавшийся мостик перейти к общению со всей группой. Выберите ребёнка, прекрасно ладящего со всеми, и попросите его сделать кукольную одежду или помочь приготовить спальню к тихому часу. Или попросите "друга" показать застенчивому, как пользоваться, например, конструктором. Если совместная деятельность вдвоём пройдет успешно, то, возможно, "застенчивый" начнёт постепенно присоединяться к играм группы.

- Используйте принцип малых групп. Малыши лучше общаются со сверстниками в небольших группах. Можно организовать пространство так, что в каждой зоне будет ограниченное число игровых мест, например ,не больше четырёх. Для этого поставьте вокруг столика четыре стула, разбейте строительную зону при помощи маркировки на полу на четыре рабочих площадки, повесьте только четыре фартука в зоне работы с водой и приготовьте три подушки в уголке для чтения.

- Готовьте материал, который могут одновременно использовать два или три ребёнка. Предложите упражнения с инструментами, например, один ребёнок держит брусок, а двое других пытаются распилить его или забить гвоздь. Подумайте о групповых играх, предполагающих участие нескольких детей одновременно.

**6. Как помочь ребёнку уверенно исполнять свою роль в сюжетно - ролевых играх:**

Может ли каждый ребёнок вашей группы, играя, вообразить себя папой, врачом или пилотом? Если это так, значит, сделан следующий шаг в развитии самосознания. Умение исполнять придуманную роль в игре говорит наблюдателю, что ребёнок:

- Отличает реальность от вымысла(понимает, что это только игра);

- Пользуется символами (может представить реальное лицо или ситуацию в виде образа);

- Видит вещи с позиции другого персонажа;

- Достаточно хорошо осознаёт себя, собственное "я", чтобы на время превратиться в кого-либо другого (чем больше ребёнок способен перевоплотиться в кого-то во время ролевой игры, тем сильнее он осознаёт собственную личность).  
Какова может быть помощь воспитателя?

- Обеспечьте детей материалами, необходимыми для сюжетно-ролевых игр, выделите для них специальный уголок.

- Дайте детям время для сюжетно-ролевой игры, чтобы его хватило для вхождения в образ и полного проигрывания ситуации.

- Участвуйте в сюжетно-ролевых играх сами. Иногда это действенный способ вовлечения других детей в игру. Безусловно, если ребёнок еще не готов эмоционально, это не поможет, но часто дети хотят принять участие в игре. Но не знают, как начать. В такой ситуации, исполняя роль мамы или продавщицы, вы поможете им присоединиться к игре. Кроме того, дети испытывают большое удовольствие, видя, что взрослый человек играет так же серьезно, как они сами.

* Наблюдайте за ходом ролевой игры, что поможет понять детей.

**7. Как научить ребенка отстаивать свои права: Какие это права?**

- Право владеть чем-то.

- Право решать, участвовать в чем-то или нет.

- Право выполнять свои проекты так, как он хочет сам.

- Право защищать свою собственность.

До тех пор, пока дети не мешают другим, их права должны уважать. Дети могут отстаивать свои права разными способами: физически, не давая другим делать что-то или не разрешая заставить себя совершить какие-то действия; вербально, заявив о своем желании или нежелании. Но в любом случае, если их методы беспокоят окружающих, следует тактично помочь ребёнку найти другие формы защиты своих прав — проявления агрессивности или грубой силы недопустимы. Помогите детям перейти к более приемлемым способам.

- Дайте модель поведения, отстаивая свои права, будьте настойчивы, но тактичны, и непременно объясните, почему что-то можно делать что-то нет.

- Дайте возможность детям выбирать. Пусть ребёнок выберет игру, в которой он бы хотел принять участие или игрушку, чтобы взять с собой с возвратом. Возможность выбора очень важна для детей.

- Защищайте права ребёнка. Если вы увидите, что кто-то явно нарушает права других детей, вмешайтесь. Например: "Почему ты закончил рисунок, а теперь своей соседке не даёшь доделать работу?"

***8.* Как поощрять самостоятельность ребёнка:**

Конечной целью развития самосознания является независимость от окружающих. Понаблюдайте, как далеко ваши дети продвинулись на этом пути. Вот действия выполнение которых свидетельствует о достаточно высоком уровне самостоятельности ребёнка: раздеться и одеться, застегнуть обувь, пользоваться своим шкафчиком, умываться и мыть руки, чистить зубы, накрывать стол для еды, наливать жидкость в ёмкость, класть пищу в тарелку, самостоятельно есть, убирать за собой после еды, пользоваться кисточкой, смешивать краски, убирать игрушки, класть кубики обратно на полку, одевать куклу, резать ножницами, резать ножом, лазить по шведской стенке, собирать головоломки. Как помочь ребёнку овладеть этими навыками?

- Пусть в вашей группе будут возможности для проявления самостоятельности. Дети получают огромное удовольствие от самостоятельного выполнения трудных заданий. Составьте список поручений, которые они могут выполнять самостоятельно. Например, убрать игрушки, полить цветы, протереть губкой столы и т.д.

- Поощряйте самостоятельные действия. Научите ребёнка завязывать шнурки или попросите более старшего научить его и, когда группа будет одеваться, дождитесь, чтобы он сделал это сам.

-Помогите ребёнку начать. Иногда всё, что нужно, — это помочь сделать первый шаг. Например, сядьте рядом с ребёнком, который говорит, что не может собрать головоломку. Начните работу, потом попросите ребёнка найти следующий фрагмент и оставайтесь рядом, пока он самостоятельно не соберёт головоломку до конца. Затем попросите его выполнить всё сначала до конца. Похвалите, но на этот раз не помогайте.

- Проявляйте энтузиазм. Являясь моделью поведения для своих детей, вы должны проявить энтузиазм по поводу всего, что делаете. Видя это, дети заразятся вашим настроением.