**Тема: Адаптация детей к условиям детского сада**

1. При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период. Адаптация - от латинского слова «приспособляю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: психологическом, физиологическом.
2. **Адаптация** является активным процессом приводящим к:

* Позитивным результатам (адаптированность)
* Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

* Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
* Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)

1. Уровни адаптации

Физиологический и психологический.

1. Что же такое физиологический? Надо привыкнуть к новому режиму, ритму, новым нагрузкам (необходимо сидеть, слушать, выполнять команды) необходимости самоограничений, невозможности уединения, привыкнуть к новой пищи, помещениям , освещенности, запахам.
2. Что же такое психологический уровень?

Предстоит привыкнуть к отсутствию значимого взрослого (папы, мамы), необходимости в одиночку справляться со своими проблемами, большому количеству людей и необходимости с ними взаимодействовать, необходимости отстаивать свое личное пространство.

1. Как должен быть подготовлен ребенокк периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

* самостоятельно есть разнообразную пищу;
* своевременно сообщать о своих потребностях: просится в туалет;
* мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
* Пред поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
* С персоналом группы необходимо рассказывать о привычках, особенностях поведения ребенка.

1. **Советы родителям**

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

* В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
* В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
* В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу , заботливы и терпеливы;
* Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новым игрушек ;

Постарайтесь не входить в группу, если ребенок плачет. Воспитателю будет проще его успокоить. Входите только тогда, когда малыш успокоиться, если войдете когда он плачет у него сформируется условный рефлекс, что стоит ему заплакать или погромче закричать и мама сразу же появиться

**8.**Придумайте ритуал-прощания или приветствия ( пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!». Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!».

Малыши очень чувтвуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.

**9**. Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.

* Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.
* Если есть возможность , устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы

**10**. Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;

* Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
* В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
* Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
* Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

**11. Признаки успешной адаптации малыша в д/с:**

* Нормальный сон( засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне;
* Хороший аппетит;
* Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;
* Нормальное настроение, легко просыпается утром;
* Желание идти в детский сад.

**12. Признаки дезадаптации:**

* Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;
* Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;
* Появление вялости, капризности;
* Появление агрессивности, часто меняется настроение;
* Ребенок стал чаще болеть

**13. Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:**

* Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
* Чрезмерная тревожность родителей;
* Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
* Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
* Болезненность малыша;
* Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

**Помните всегда:**

* От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут".  По утрам когда собираетесь в дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

Для успешной адаптации малыша к условиям дошкольного учреждения в группе нами были проведены игры основными задачами которых: преодоление стрессовых состояний у детей, эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии; развитие навыков взаимодействия детей друг с другом; развитие речевой активности, восприятия, внимания; развитие общей и мелкой моторики, координации движений; развитие игровых умений и навыков. Такие как

15.«Давайте познакомимся»

16. «День рождение куклы Кати», «Найди игрушку»,

17. Конструирование из мягких модулей «Ох красивый теремок – очень-очень он высок»

18. «Построим поезд и поедем в гости»

19 Спасибо за внимание.