**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД N 3»**

***Проект***

***«Мои первые шаги»***

***(адаптация детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОУ)***

Автор:Енюшина М.В.

воспитательМБДОУДС N 3

г.Сасово 2013г.

**Обоснование**

Дошкольный возраст – уникальный, самоценный и важнейший период становления человека и его здоровья. Первые годы жизни ребёнка - важный этап в его формировании. Каким будет взрослый человек по своим физическим и умственным способностям , нравственным качествам, в большей степени зависит от этого периода. Педагоги должны стремится к тому ,чтобы система воспитания маленьких детей была ориентирована в первую очередь на личностные ,индивидуальные , возрастные особенности ребёнка .Это значит ,что взрослые в процессе общения с ребёнком обеспечивают ему :чувство психологической защищенности; доверие к миру; эмоциональное благополучие; формирование базиса личностной культуры; развитие его индивидуальности. Нужно обеспечить ребёнку широкие возможности пользоваться каждым из пяти чувств: он должен видеть ,слышать , трогать руками, пробовать на вкус, обонять различные предметы окружающего мира – как можно шире и разнообразнее.

**Понятие и виды адаптаций**

Детский сад-это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Адаптацией принято называть процесс вхождения ребёнка в новую для него среду и болезненное привыкание к её условиям.

Проблема адаптации детей в дошкольном учреждении занимает умы научных и практических работников. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать как процесс или приспособление функций организма ребёнка к условиям существования в группе. Общая задача педагогов и родителей - помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. На пути реализации возникают различные трудности:

-Отсутствие необходимых для современной семьи разнообразных знаний: медицинских, педагогических, психологических, юридических и т.д.

-Расхождения в требованиях взрослых и стилях взаимодействия между ребёнком и взрослым в детском саду и дома.

**Значение адаптации для здоровья ребёнка:**

Ребёнок, переходящий в новые условия жизни в дошкольном учреждении, переживает стрессовое состояние; у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции (можно, нельзя) ,напряженное состояние , ребёнок попадает под целый комплекс воздействий. Возникает синдром адаптации, т.е. скопление неизвестных воздействий, что вызывает у него страх , отрицательные эмоции. А сочетание отрицательных симптомов рассматривается в медицине как заболевание «тоска по дому» - так называли адаптацию в прошлом (это состояние ещё в 1848 году было описано). Именно в том, как организм ребёнка выдерживает приспособление к окружающей среде, и заключается значение адаптации для его дальнейшего здоровья и самочувствия в новых условиях.

**Механизм развития адаптационного синдрома:**

Период адаптации, в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в его жизни. Взрослые в семье понимают, что адаптационный период – один из самых сложных в жизни ребёнка. Все охают и ахают, причитывают и волнуются за него, но не более того. В один из дней приводят в детский сад и оставляют одного среди незнакомых взрослых и в незнакомой обстановке. Попробуйте посмотреть на все происходящее глазами ребёнка. В первый день пребывания в абсолютно новом окружении малышом владеют два чувства: любопытство и страх. Первое время в детском саду самое тяжелое. Ребёнок в период адаптации – живая модель стрессового состояния. Стресс- это реакция на борьбу с трудностями , норма перехода от одних условий к другим.

**Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов:**

Подготовительный - его следует начинать за 1-2 месяца до приема в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша , необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

Основной (на этом этапе в работу включается педагог) т.к. главная задача этого этапа- создание положительного образа воспитателя. В этот период родители должны установить с воспитателем доброжелательные отношения, рассказать воспитателю об особенностях своего ребёнка. Имея полную информацию о ребёнке , воспитатель быстрее поймет его и установит контакт.

Заключительный – ребёнок начинает посещать детский сад по 1.5 часа в день.

**Клиника адаптации:**

Как же ребёнок проявляет себя в период адаптации?

1.Изменяются первичные формы поведения : аппетит, сон, эмоциональное состояние.

2.Нарушается ориентировочная реакция, игровая , двигательная активность.

Клиника адаптации имеет место у каждого ребёнка , но она может быть разной по степени тяжести. Персонал группы должен знать проявления клиники адаптации и уметь помочь ребёнку в этот трудный для него промежуток времени.

**Меры, облегчающие адаптацию.**

Необходимо заранее готовить ребёнка к поступлению в детское учреждение.

Рекомендации для родителей.

Рекомендации для воспитателей.

**Факторы, влияющие на адаптацию.**

В период адаптации необходимо учитывать следующие факторы:

1.Состояние здоровья и уровень развития ребёнка.

2.Возраст малыша.

3.Биологические факторы (относятся токсикозы и заболевания матери во время беременности, осложнения при родах и заболевания малыша в период новорожденности и первых трёх месяцев жизни) и социальные факторы (они выражаются в том ,что родители не обеспечивают организацию ребёнку правильного режима , соответствующего возрасту, достаточное количества дневного сна , не следят за правильной организацией бодрствования и др.)

4.Уровень тренированности адаптационных возможностей. (Формирование этого важного качества должно идти параллельно с общей социализацией ребёнка, с развитием его психики.)

Все эти факторы нужно знать , чтобы облегчить адаптацию ребёнка в детском учреждении.

**Исход адаптации.**

Адаптационный период считается законченным , если: ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает, вовремя просыпается, играет. Длительность адаптации зависит от уровня развития ребёнка:

-если с ребёнком систематически занимаются дома, то ребёнок растет общительным и самостоятельным и период адаптации заканчивается за 10-12 дней;

-если у ребёнка слабо развита речь , низкий уровень самостоятельности , он не может обходиться без помощи взрослых ни в игре , ни при кормлении, ни при укладывании на сон, то период адаптации будет проходить сложнее и может растянуться на месяц и более.

Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закрывается дверь за мамой? Почему некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступая в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя «как рыба в воде»? Отрыв от дома и близких людей, встреча с новыми незнакомыми взрослыми могут стать для ребёнка психической травмой. Малыш может это воспринять как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным и мягким. Много здесь зависит от педагогов, берущих на себя ответственность за помощь родителям в психологическом и физическом развитии их ребёнка, за его душевный комфорт, радостное восприятие его нового образа жизни. Необходимо понять, выяснить причины этих различий, понять интересы, стремления каждого поступающего в детский сад малыша, или, говоря словами В.А. Сухомлинского, «проникнуть в духовный мир ребёнка», чтобы правильно и эффективно организовать процесс адаптации в условиях детского учреждения.

**Период привыкания ребенка к новым социальным условиям делится на три этапа.**

1. Острый период, или период дезадаптации, когда имеется более или менее выраженное рассогласование между привычными поведенческими стереотипами и требованиями новой микросоциальной среды. В это время наиболее выражены изменения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, в речевой активности, игре, имеются изменения в деятельности нервной системы.

2. Подострый период, или адаптация, когда ребенок активно осваивает новую среду, вырабатывая соответствующие ей формы поведения. В это время постепенно уменьшаются изменения в деятельности разных систем. Это происходит не синхронно. Прежде всего нормализуется аппетит (в течение 10-15 дней), но продолжительны нарушения сна и эмоционального состояния, медленнее развиваются игра и речевая активность (40-60 дней).

3. Период компенсации или адаптированности к данным социальным условиям, когда нормализуются все регистрируемые показатели. Характер и особенности течения первых двух периодов позволили классифицировать адаптацию по степени тяжести: легкая, средней тяжести и тяжелая. При этом для детей раннего и дошкольного возраста основными параметрами установления тяжести течения адаптационного периода являются сроки нормализации поведения, частота и длительность острых заболеваний, проявление невротических реакций

**Характеристика понятия "адаптация" и факторы, влияющие на неё**

С поступлением ребенка двух - летнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение восьми и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни и т.д. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения.

Ребенок должен приспособиться к новым условиям, т.е. адаптироваться. Термин "адаптация" означает приспособление. Как известно , адаптация – это приспособительная реакция, основанная на инстинкте самосохранения предполагает избегания опасных ,неблагоприятных для индивидуума ситуаций. Отрыв от семьи, помещение в изолированную детскую среду с одним взрослым , выполняющим функции и воспитателя , и надзирателя , да ещё в совершенно незнакомой обстановке ,оказывается для ребенка именно такой неблагоприятной ситуацией , наверное ,главное ,что можем сделать мы ,взрослые , -это создать такие условия в дошкольном учреждении ,которые воспринимались бы ребёнком как безопасные .Только чувство защищенности может помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы ,позволяющие ему приспособиться к новым условиям.

Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности и высокая цена, которую платит организм ребенка за достигнутые успехи, определяют необходимость учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к дошкольному учреждению или, наоборот, замедляющих ее, мешающих адекватно приспособиться.

Адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и требованиями среды.

Как же формируются у ребенка способности к адаптации? Само рождение ребенка – яркое проявление биологической адаптации. Переход из условий внутриутробному существованию требует коренной перестройки в деятельности всех основных систем организма - кровообращения, дыхания, пищеварения. Эти системы должны к моменту рождения иметь возможность осуществить функциональную перестройку, т.е. должен быть соответствующий врожденный уровень готовности этих адаптационных механизмов. Здоровый новорожденный имеет такой уровень готовности и достаточно быстро приспосабливается к существованию во внешних условиях.

Также как и другие функциональные системы, система адаптационных механизмов продолжает свое созревание и совершенствование в течение ряда лет постнатального онтогенеза. В рамках этой системы уже после рождения у ребенка формируется и возможность к социальной адаптации по мере того, как ребенок овладевает окружающей его социальной средой. Это происходит одновременно с формированием всей системы нервной высшей деятельности.

Все же эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям.

Итак, чтобы избежать стрессовых ситуаций, необходимо грамотно подойти к одной из проблем дошкольного учреждения – проблема адаптации детей. Общая задача воспитателей и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду – важнейшее условие, облегчающее его адаптацию.

**Особенности поведения детей в период адаптации**

Не все дети при поступлении в группу плачут. Многие приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, самостоятельно находят занятие. Другие делают это с меньшей уверенностью, но тоже не проявляют особого беспокойства. Они внимательно наблюдают за воспитательницей, выполняют предложенные ею действия. И те и другие дети спокойно прощаются с родными, которые приводят их в детский сад, и идут в группу. Например, ребенок, расставаясь с мамой, заглядывая ей в глаза, спрашивает: “Ты меня любишь?” Получив ответ, идет в группу. Он подходит к воспитательнице, заглядывает ей в глаза, но задать вопрос не решается. Воспитатель ласково поглаживает его по голове, улыбается, проявляет внимание, тогда ребенок чувствует себя счастливым. Он неотступно следует за воспитателем, подражает его действиям. Поведение ребенка показывает, что он испытывает потребность в общении со взрослыми, в получении от него ласки, внимания. И эта потребность удовлетворяется воспитателем, в котором ребенок находит доброго близкого человека.

Формирование адаптационных механизмов зависит в первую очередь от умения воспитателя создать атмосферу тепла ,уюта и любви в группе .ребёнок должен удостоверится в том ,что педагог готов взять на себя заботу о его благополучии .первыми контакты с ребёнком должны быть контактами помощи и заботы. Основная задача педагога –заслужить доверие ребёнка. Педагогу следует прежде всего любить малышей, детям нравится в воспитателях :эмоциональность и искренность, доброта и отзывчивость, весёлое настроение и умение создать его у других, способность увлечённо играть и придумывать истории, негромкая речь и мягкие .ласковые движения.

Некоторые дети, быстро освоившись в новой обстановке группы, умеют сами занять себя. Они не ходят постоянно за воспитателем, но при необходимости спокойно и уверенно обращаются к нему. Лишь впервые дни в их поведении заметна некоторая растерянность, беспокойство.

Если ребенок, которого впервые привели в детский сад, никак не хочет оставаться в группе без мамы, то воспитатель предлагает маме остаться с ребенком в группе. Чувствуя, что мама не собирается уходить, ребенок начинает обращать внимание на окружающее. После длительного наблюдения, играет с игрушками, рассматривает красивых кукол, и, наконец, решает сам взять одну из них. В близком человеке он видит опору, защиту от неизвестного и в то же время возможность с его помощью познакомиться с окружающим.

Как видно, дети, поступающие в детское учреждение, ведут себя неодинаково. Особенности их поведения в значительной мере определяются теми потребностями, которые сложились к моменту прихода в группу.

Можно выделить примерно три группы детей по присущим им различиям в поведении и потребности в общении (в соответствии с этим далее будут определяться группы адаптации)

Первая группа – это дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем.

Вторая группа – это дети, у которых уже сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, в совместных с ними действиях и получении от них сведений об окружающем.

Третья группа – это дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях. Если до поступления в детский сад ребенок постоянно находился с мамой или с бабушкой, то утром, когда его приводят в детский сад, с трудом расстается с родными. Затем весь день ожидает их прихода, плачет, отказывается от любых предложений воспитателя, не хочет играть с детьми. Он не садится за стол, протестует против еды, против укладывания спать, и так повторяется изо дня в день.

Плач при уходе близкого человека, возгласы типа: “хочу домой!”, “где моя мама?”, отрицательное отношение к персоналу, к детям группы, к предложениям поиграть – и бурная радость при возвращении мамы (бабушки или другого члена семьи) являются ярким показателем того, что у ребенка не развита потребность общения с посторонними.

При поступлении в детское учреждение плачут в основном дети, которых можно условно отнести к первой группе (потребность в общении только с близкими людьми).

Такие дети глубоко переживают расставание с родными и близкими, т.к. не имеют опыта общения с посторонними людьми они, не готовы вступать с ними в контакт.

Как правило, чем уже круг общения в семье, тем длительнее происходит адаптация ребенка в детском саду.

Дети, условно отнесенные ко второй группе, до поступления в детский сад приобрели опыт общения со взрослыми, не являющимися членами семьи. Это опыт общения с дальними родственниками, с соседями. Придя в группу, они постоянно наблюдают за воспитателем, подражают его действиям, задают вопросы. Пока воспитатель рядом, ребенок спокоен, но детей он боится и держится от них на расстоянии. Такие дети, в случае невнимания к ним со стороны воспитателя могут оказаться в растерянности, у них появляются слезы и воспоминания о близких.

У детей третьей группы четко выявляется потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослыми.

В практике нередки случаи, когда ребенок в первые дни приходит в группу спокойно, самостоятельно выбирает игрушки и начинает с ними играть. Но, получив, например, за это замечание от воспитателя, он резко и в отрицательную сторону меняет свое поведение.

Следовательно, когда содержание общения воспитателя с ребенком удовлетворяет потребностям в нем, это общение формируется успешно, ребенок безболезненно привыкает к условиям жизни в детском саду. Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям, имеющемуся у него опыту.

Воспитателю необходимо знать, что содержание потребности детей в общении в процессе привыкания к детскому саду качественно изменяется. Дети, условно относимые к первой группе, могут при благоприятных условиях быстро достичь уровня общения, характерного для детей второй и даже третьей группы и т.д.

В процессе привыкания ребенка к условиям детского сада происходит расширение содержания и навыков общения. Изменение содержания потребности в общении в период привыкания протекает примерно в рамках трех этапов:

I этап – потребность в общении с близкими взрослыми как потребность в получении от них ласки, внимания и сведений об окружающем;

II этап – потребность в общении со взрослыми как потребность в сотрудничестве и получении новых сведений об окружающем;

III этап – потребность в общении со взрослыми на познавательные темы и в активных самостоятельных действиях.

Дети первой группы практически должны пройти все три этапа. Их потребность на первом этапе в ласке, внимании, просьбе взять на руки и т.д. трудно удовлетворить в условиях группы. Поэтому адаптация таких детей проходит длительно, с осложнениями (от 20 дней до 2-3 месяцев).

Задача воспитателя – создать максимум условий для того, чтобы подвести ребенка ко второму этапу привыкания.

**Формы работы с родителями в адаптационный период.**

Для успешной адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения необходимо

сформировать у него положительную установку на детский сад , положительное отношение к нему. Это зависит, прежде всего , от воспитателей , от их умения и желания создавать атмосферу тепла , доброты, внимания в группе. Поэтому организация адаптационного периода начинается задолго до 1 сентября .

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям , но и их родителям .Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

**Цель этой работы** : развивать педагогическую компетентность родителей, помогать семье находить ответы на интересующие вопросы в воспитании детей, привлекать их к сотрудничеству в плане единых подходов в воспитании ребёнка.

Задачами этой работы являются следующие параметры:

1.Выработать единый стиль воспитания и общения с ребёнком в ДОУ и семье.

2.Оказать квалифицированную консультацию и практическую помощь родителям по проблемам воспитания и развития ребёнка.

3.Сформировать у ребёнка чувство защищенности и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.

4.Активировать и обогатить воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях. При взаимодействии с родителями необходимо придерживаться следующими принципам:

-целенаправленность, систематичность, плановость;

-дифференцированный подход к взаимодействию с родителями с учетом многоаспектной специфики каждой семьи;

-возрастной характер взаимодействия с родителями;

-доброжелательность, открытость.

**Ожидаемые результаты работы с родителями** – это явление интереса родителей к работе ДОУ, к воспитанию детей, улучшению детско– родительских отношений; повышение компетентности родителей в психолого- педагогических и правовых вопросах; увеличение количества обращений с вопросами к педагогу , на индивидуальные консультации к специалистам; возрастание интереса к мероприятиям , проводимых в ДОУ; увеличение количества родителей – участников в совместных мероприятиях; рост удовлетворенности родителей работой педагога и ДОУ в целом.

Сотрудничество ДОУ с семьей – это взаимодействие педагогов с родителями, оно направленно на обеспечение единства и согласованности воспитательных воздействий.

Использую следующие формы работы детского сада с семьей:

-беседы;

-родительские собрания;

-анкетирование;

-посещение на дому;

-выставки;

-папки-передвижки;

-наглядные формы педагогической пропаганды;

-консультации;

-присутствие родителей во время адаптационного периода в группе;

-укороченное время пребывание ребёнка в группе во время адаптационного периода;

-алгоритмы «Я одеваюсь», «Учимся складывать вещи», « Я умываюсь».

**Степень адаптации:**

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

По истечении периода адаптации на медико-педагогическом совещании ведется анализ степени адаптированности каждого ребенка.

4.Организация диагностической работы. Постепенно, по мере активизации адаптационных возможностей у детей (первичная ориентировка в группе, помещении детского сада, территории, установлению контакта с детьми и взрослыми) педагог совместно с психологами организует диагностическую работу. Диагностика проводится предварительно согласовав с родителями.

**Пояснительная записка**

*Воспитывает все: люди, вещи, явления,*  
*но прежде всего и больше всего — люди.*  
*Из них на первом месте — родители и педагоги.*

*А.С. Макаренко*

При поступлении в ДОУ все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длитель­ное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмо­циональным нарушениям или за­медлению темпа психофизичес­кого развития и как следствие — к ухудшению здоровья.

Иначе говоря, разлука с близ­кими людьми может стать для ребенка сильнейшим психотравмирующим фактором, поскольку воспринимается малышом как по­теря маминой и папиной любви. Тревога, связанная с разлукой, появляется у детей во многом потому, что они предчувствуют возможность столкновения с но­выми, незнакомыми людьми и обстоятельствами. И чем неожидан­нее расставание, тем труднее ребен­ку адаптироваться в новых усло­виях. Следовательно, необходимо подготовить ребенка к поступле­нию в детский сад, создать усло­вия для благоприятной адаптации.

**Ранний возраст** – это важный и ответственный этап развития человека. В современной педагогической литературе представлено три точки зрения на социализацию:

Процесс адаптации к окружающему миру (приспособление – главное средство и цель социализации). Совокупность социальных процессов, благодаря которым индивид усваивает и воспроизводит, репродуцирует определённую систему знаний, норм и ценностей, позволяющих адекватно функционировать в обществе

Процесс развития человека во взаимодействии с окружающей средой.  Данные точки зрения на социализацию можно рассматривать одновременно и как этапы социального развития ребёнка (от адаптации к интеграции и дифференциации), однако в конкретной воспитательной работе всё-таки необходимо обеспечивать условия для активного взаимодействия ребёнка с окружающей действительностью в процессе вхождения в мир культуры и преобразования внутреннего мира на этой основе. В психолого-педагогических исследованиях выделяются основные формы развития ребёнка —  стихийные и организованные виды активности. Они в свою очередь, выступают материальной основой реализации механизмов социального становления ребёнка.

У детей корректируются базовые ценностные ориентации, закрепляющиеся на уровне эмоционально-ценностных отношений в процессе вхождения в социум. Дети усваивают социальные нормы как предписанные регуляторы поведения. У детей ведущая роль принадлежит мотивации поведения. В этом смысле выходом из создавшегося положения видится организация **комплексного** сопровождения социальной адаптации ребёнка в рамках ДОУ.  Главная роль в этом процессе отводится специально организованной социально-медико-педагогической деятельности по оказанию помощи и поддержки, направленной на благоприятную социализацию ребёнка.  Это нацелило наш педагогический коллектив к  составлению программы, направленной на профилактику дезадаптации ребенка раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

**Актуальность**

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире. Адаптация является активным процессом, приводящим 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 удовлетворённость) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в ДОУ у ребёнка начинается новый этап в его жизни.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни - это и эмоциональный, и информационный стресс. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был органичным и не травмирующим для ребенка

Педагоги и родители должны помнить, что упущенное в воспитании малыша ничем потом не восполнишь*.*

*«Ранний детский возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие»*, отмечает В.С. Мухина.

Проект по адаптации детей раннего и младшего дошкольного возраста к условиям детского сада направлен на сохранение и укрепление физического и психологического развития детей дошкольного возраста. В результате осуществления нашего проекта задействованы воспитатели групп младшего возраста, родители, что будет способствовать их сплочению. И одно из главных направлений проекта, помощь детям в прохождении довольно сложного периода жизни по приспособлению к новым условиям жизнедеятельности. Мы хотим, чтобы ребенок чувствовал себя в этот период комфортно и ходил в детский сад с удовольствием. Длительность этого проекта составляет 4 месяца, половина первого года пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

**Цель проекта** - помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

**Задачи, решаемые проектом:**

-преодоление стрессовых состояний у детей раннего возра­ста в период адаптации к детскому саду;

-обучение воспитателей методам проведения групповых за­нятий в адаптационный период;

-формирование активной позиции родителей по отношению  к процессу адаптации детей.

 Параллельно с решением основных задач решаются **за­дачи комплексного развития детей**:

-снятие эмоционального и мышечного напряжения;

-снижение импульсивности, излишней двигательной ак­тивности, тревоги, агрессии;

- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;

- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;

- развитие  чувства ритма, общей мелкой моторики, координации движений;

- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

 Базовыми средствами работы служат разнообразные игры с речевым воображением:  игровая деятельность, дидактические игры, беседы, песочная терапия, сказкотерапия, аквометод. Они быст­ро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши  и топанье ногами, объ­единяют детей, задают положительный эмоциональный на­строй.

**Ожидаемые результаты реализации**

1. Улучшение адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ.
2. Повышение эффективности взаимодействия ДОУ с родителями.
3. Оптимизация взаимодействия родителей и детей.

**Этапы проекта:**

***1. Организационный этап:***

* подбор методической, художественной литературы, иллюстрационных материалов, дидактических игр;
* разработка конспектов адаптационных занятий, совместных мероприятий с родителями и консультаций для родителей;
* пополнение предметно-развивающей среды групп младшего возраста;
* разработка информационного материала для родительского уголка о проведении проекта «Мои первые шаги»;
* разработка анкет для родителей;
* составление перспективного плана мероприятий проекта.

***2. Основной этап:***

* реализация проекта в соответствии с планом.

***3. Итоговый этап:***

* анализ проведенной работы;
* диагностика адаптации детей к условиям ДОУ;
* презентация проекта для педагогов и родителей;

План работы с детьми

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***«Давайте познакомимся»*** | ***«А вот и я!»*** | ***«Маленькие ножки бежали по дорожке»*** | ***«Много красок у меня – выбирай любую»*** |
| **Сентябрь** | «Ласковое имя», «Ладонь на  ладонь» -  Д/и «Вместе весело шагать…»- беседа о группе, знакомство с групповыми атрибутами  «Обнималки» - телесная терапия | «Сороконожка» - Д/и «Мыльные пузыри» - игровая деятельность  «Обнималки» - телесная терапия | «Найди игрушку в песке» - песочная терапия  «Колобок» - игровая деятельность  «Обнималки» - телесная терапия | «Дождик» - игровая деятельность по изо  «Музыканты» - игровая деятельность  «Обнималки» - телесная терапия |
| **Октябрь** | «Игра с песком»- песочная терапия  «Мячик»- игровая деятельность  «Обнималки» - телесная терапия | «У меня игрушки есть, все их мне не перечесть» - игровая деятельность с игрушками  «Улыбка», «Пчёлка» - релаксационные упражнения «Обнималки» - телесная терапия | «Матрёшка» - Д/и «Котята» - игровая деятельность  «Обнималки» - телесная терапия | «Котенок» - рисуем пальчиками  «Игра с песком» – песочная терапия  «Обнималки» - телесная терапия |
| **Ноябрь** | «Весёлый петрушка» - игровая деятельность  «Я люблю сказки» - сказкотерапия  «Обнималки» - телесная терапия | «Непослушные мышата» - игровая деятельность  «Солнце или дождик» - Д/и  «Обнималки» - телесная терапия | «Зайка серенький сидит..» - Д/и  «Пальчики» - пальчиковая гимнастика  «Обнималки» - телесная терапия | «Почитай мне сказку» - сказкотерапия  «Муравей», «Бабочка» -релаксационные упражнения  «Обнималки» - телесная терапия |
| **Декабрь** | «Божья коровка» - игровая деятельность  «Солнечный зайчик» - релаксационное упражнение  «Обнималки» - телесная терапия | «Мишка»- игровая деятельность  «Бабочка» - релаксационное упражнение  «Обнималки» - телесная терапия | «Мячик»- игровая деятельность  «Солнышко и тучка» - релаксационное упражнение  «Обнималки» - телесная терапия | «Украсим ляле бант» - игровая деятельность по изо  «Зайка» - подвижная игра  «Обнималки» - телесная терапия |

                   Диагностика уровня

адаптации ребенка к ДОУ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф. И.  ребенка | Психологические критерии адаптиванности ребенка к дошкольному учреждению | | | | | | | | | | | | | | |
| Общий эмоциональный фон поведения | | | Наблюдение за ребенком | | | | | | | | | Реакция на изменение привычной ситуации | | |
| Познавательная и игровая деят-ность | | | Взаимоотношения со взрослыми | | | Взаимоотношения с детьми | | |
|  | а | б | в | а | б | в | а | б | в | а | б | в | а | б | в |
| Баллы | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Условные обозначения.**

***Общий эмоциональный фон поведения:***

а)  положительный;  б)   неустойчивый;  в) отрицательный.

***Познавательная и игровая деятельность:***

а)  активен;  б) активен при поддержке взрослого;

в)  пассивен или реакция протеста.

***Взаимоотношения со взрослыми:***

а)  инициативен;  б) принимает инициативу взрослого;

в)  уход от взаимоотношений, реакция протеста.

***Взаимоотношения с детьми:***

а)  инициативен;

б)  вступает в контакт при поддержке взрослого;

в)  пассивен или реакция протеста.  
***Реакция на изменение привычной ситуации:***

а)  принятие; б) тревожность; в) непринятие.

**Ключ  к  диагностике *адаптированности ребенка к ДОУ.***

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими, показателями:

***2,6-3 балла - высокий уровень адаптированности****.* У ребенка преоб­ладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

***1,6-2,5 балла - средний уровень адаптированности****.* Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенче­скую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

***1-1,5 баллов - низкий уровень адаптированности****.* У ребенка преобла­дают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуа­ции (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициа­тивность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопро­тивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

Работа с родителями

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Мероприятия на месяц** | **Месяц** |
| 1.  2.  3.  4. | Консультация «Что воспитывает детский сад?»  Наглядная агитация «Советы родителям»  «Как приучать малыша к горшку»  «Когда оживают альбомные листы» - рисуем пальчиками. | Сентябрь |
| 1.  2.  3. | Консультация «Читайте вместе с малышом»  «Погуляем, поиграем»  Наглядная агитация «Какие игрушки нужны ребёнку»  Показ занятия «Укладывание куклы спать» | Октябрь |
| 1.  2.  3.  4.  5. | Консультация «20 способов утихомирить разбушевавшегося ребёнка»  «Отучаем от пустышки»  «Как избавить ребёнка от страхов»  Консультация: «Если ребёнок много капризничает и плачет»  «Темперамент ребёнка» | Ноябрь |
| 1.  2.  3.  4. | Проектная деятельность воспитателя с родителями и детьми «Новогодняя игрушка»  Консультация «Чем можно заняться с  ребёнком на прогулке зимой»  Наглядная агитация «6 мифов о морозной погоде»  Консультация инструктора по ФИЗО  «Опорно – двигательная система малыша» | Декабрь |

***Вопросы к интервью с родителями***

***при посещении на дому.***

* В честь кого назван ребёнок?
* Чем и как часто болел ребёнок? Был ли при этом длительный отрыв от родителей? Насколько сильной была эмоциональная реакция ребёнка на временное лишение его общения с родителями?
* Часто ли Вы наказываете ребёнка? Понимает ли ребёнок, за что собственно он наказан?
* Реакция ребёнка на трудности. В чём он любит проявлять собственную инициативу?
* Любимая игрушка или игра ребёнка.
* Кто из родителей чаще занимается с ребёнком?
* Есть ли в доме мужская линия воспитания?

**Памятка родителям по сопровождению процесса адаптации ребёнка**

* ***Как вести себя с ребёнком:***
* -показать ребёнку его новый статус( он стал большим);
* - не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;
* - обратить внимание на положительный климат в семье;
* - следует снизить нервно-психическую нагрузку;
* - сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребёнка, специфике режимных моментов и т.д.;
* - при выраженных невротических реакциях не посещать учреждение несколько дней.
* ***Как не надо:***
* - отрицательно отзываться об учреждении. Его специалистах;
* - не обращать внимание на видимые отклонения в поведении ребёнка;
* - препятствовать контактам с другими детьми;
* -увеличивать нагрузку на нервную систему;
* - одевать ребёнка не по сезону;
* -конфликтовать дома, наказывать ребёнка за капризы.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ:**

Детский сад - серьёзный вызов в жизни ребёнка ,большое испытание для малыша, а любое испытание – или ломает ,или закаляет; делает сильнее ,продвигает вперед в развитии – или отбрасывает назад. Поэтому на сегодняшний день актуальна тема взаимодействие ГДОУ и семьи в период адаптация детей третьего года жизни к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Сопровождение адаптации дошкольников к детскому саду осуществляется в процессе взаимодействия всех специалистов дошкольного учреждения при поддержке родителей и включает следующие направления профессиональной деятельности: психологическую и педагогическую диагностику, консультирование, методическую и организационную работу.

для того чтобы прошла успешная адаптация детей раннего возраста, необходимо следовать следующим рекомендациям для воспитателей и родителей:

Рекомендации для воспитателей:

- любите детей и относитесь к ним как своим;

- помните об индивидуально-психологических особенностях развития каждого ребенка;

- приобщайте ребенка в доступной форме к социальным и нравственным нормам;

- необходимо наладить контакт с родителями детей, поступающих в дошкольное учреждение;

- проводите консультации и беседы с родителями, знакомьте с режимом дня детского сада, с требованиями к ребенку;

- проводите родительские собрания до поступления детей в детский сад.

В своей работе использовала анкетирование, папки-передвижки, наглядные формы педагогической пропаганды (стенды), консультации для родителей, беседы с родителями, родительские собрания.

Рекомендации для родителей:

- любите своего ребенка таким, какой он есть;

- радуйтесь своему ребенку;

-разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;

- слушайте ребенка, не перебивая его;

- установите четкие и определенные требования к ребенку;

- не устраивайте для ребенка множество правил;

- будьте терпеливы;

- каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;

- в разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;

- поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;

- чаще хвалите ребенка;

- поощряйте игры с другими детьми;

- интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;

- не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;

- помните, что авторитет родителей основан на достойном образце поведения;

- прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ГДОУ;

- посещайте групповые собрания.

Фактором, влияющим на характер поведения ребенка в процессе привыкания, является личность самого воспитателя, который должен любить детей, быть внимательным и отзывчивым по отношению к каждому ребенку, уметь привлечь его внимание. Воспитатель должен уметь наблюдать и анализировать уровень развития детей и учитывать его при организации педагогических воздействий, должен уметь управлять поведением детей в сложный для них период привыкания к условиям детского учреждения.

**Литература**

1. Аксарина, Н.М, Печора, К.Л., Пантюхина, Г.В. Развитие и воспитание детей раннего  и дошкольного возраста. Печора. — М.: 2006.
2. Воспитание и развитие детей раннего возраста: Пособие для воспитателей детского сада / В.В. Гербова, Р.Г. Казакова, Н.М. Кононова и др.; Под ред. Г.М. Ляминой. — М.: Просвещение, 1996.
3. Гилинина, К. Развивающие игры с малышами до трех лет. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития; Академия, К: Академия Холдинг, 2000.
4. Дайлидете, И.П. Поиграем, малыш!: Кн. для работников дошкольного учреждения и родителей. – М.: Просвещение, 1992.
5. Дошкольное учреждение и семья — единое пространство детского развития / Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева и др. — М.: Линка-Пресс, 2001.
6. Заводчикова, О. Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи: пособие для воспитателей / М.: Просвещение, 2007.
7. Литвинова, М.Ф. Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни. — М.: ЛИНКА — ПРЕСС, 2005
8. Лямовская, В.Г. Ясли – это серьезно. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 1999.
9. Первые шаги. Материалы Московского городского конкурса «Первые шаги» (модель воспитания детей раннего возраста) 2001-2002. – М.:  ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
10. Печора, К.Л., Пантюхина, Г.В., Голубева, Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольном учреждении: Пособие для педагогов дошк. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
11. Профилактика и коррекция нарушений адаптации детей к образовательным учреждениям: Учеб. метод.  пособие / Л.А.Жданова., Т.В. Руссова., А.В. Сорокина., Е.В.Селезнева. — Иваново, 2000.
12. Рожкина, А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. — М.: Книголюб, 2003.
13. Самые маленькие в детском саду, из опыта работы московских педагогов.- М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2005.
14. Спок, Б. Ребенок и уход за ним. — Архангельск: Северо-западное книжное издательство, 1991.

Я работаю психологом…Опыт, размышление, советы. / Под ред. И.В. Дубровиной. — М.: ТЦ Сфера, 1999