

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 232»



**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ
«ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА:
КАК ВОСПИТАТЕЛЬ МОЖЕТ ПОМОЧЬ
РОДИТЕЛЯМ И ДЕТЯМ»**

**Составитель: педагог-психолог
Бакулевич О.А.**

2022 г.

Когда ребенок впервые приходит в детский сад, он попадает в новую непривычную обстановку, которая может стать причиной эмоционального напряжения. Основная задача воспитателя на этом этапе — помочь малышу справиться со стрессом и адаптироваться к новым условиям.

Что такое адаптация

Термин адаптация (лат. adaptatio) означает «приспособление». Когда говорят про адаптацию ребенка в детском саду, имеют в виду его приспособление к новым условиям — это окружающие люди, распорядок дня, новые правила, отсутствие родителей. С этого момента начинается активная социализация ребенка, которая может сопровождаться некоторыми трудностями.

В период адаптации можно наблюдать эмоциональную и физическую нестабильность — ребенок может часто плакать, скучать по маме, расстраиваться по мелочам, перестать кушать или спать. Это нормально.

3 степени адаптации

Процесс адаптации может протекать по-разному. Выделяют несколько уровней адаптационного процесса:

Легкая степень адаптации

С первых дней ребенок с удовольствием идет в сад, ему нравится там находиться. Иногда могут появляться моменты отрицания, но они быстро проходят. Он хорошо ладит со сверстниками, редко болеет, слушается воспитателя и умеет самостоятельно занимать себя.

Продолжительность адаптации: 7-14 дней.

Средняя степень адаптации

Ребенок испытывает напряжение или расстройство только в первые минуты после расставания с родителями, после чего быстро включается в игру. Он слушается воспитателя, выполняет его просьбы, но иногда может их игнорировать. В результате постоянного контакта с другими детьми может часто болеть. Однако болезнь будет протекать быстро и без осложнений.

Продолжительность адаптации: 14-21 день.

Тяжелая степень адаптации

Ребенок при любом упоминании о садике начинает истерику, его приходится заводить в группу насильно, отрывая от мамы. Из-за такого стресса он часто болеет. Иногда может терять полученные ранее навыки, например, забыть цифры, буквы. Это самая сложная форма адаптации, которая требует усиленного внимания взрослых.

Продолжительность адаптации: до 60 дней.

Ребенок не может долгое время находиться в напряжении. Спустя некоторое время он или придет в норму, или в случае тяжелой степени адаптации может заболеть. Продолжительность адаптационного периода индивидуальна для каждого. Она зависит от возраста ребенка, количества социальных контактов, темперамента, эмоциональной зрелости и привязанности к родителям. Если у ребенка уже был опыт общения в любом коллективе или у него большая семья, он может адаптироваться в детском саду и за два дня. Другим может потребоваться несколько недель или месяцев.

Чтобы помочь ребенку адаптироваться в детском саду, необходима совместная работа воспитателя и родителей.

Советы воспитателю: как облегчить процесс адаптации

Воспитатель играет важную роль в процессе адаптации ребенка. Качество его взаимодействия с ребенком и с родителями влияет на то, как в целом пойдет весь процесс и как быстро он закончится.

Работа воспитателя с родителями

Чтобы адаптация прошла безболезненно, воспитателю в первую очередь нужно установить контакт с родителями.

- Пригласите родителей на экскурсию по детскому саду, прежде чем они приведут туда ребенка. Пусть они посмотрят, где их дети будут спать, играть, кушать и заниматься. Ознакомьте их с расписанием
- м дня. Спокойствие родителей — это залог положительного отношения ребенка к детскому саду. Любое волнение родителей будет передаваться и детям.
- Когда ребенок попал в группу, создайте чат для родителей этой группы в любом популярном мессенджере, например Whatsapp или Telegram. Поддерживайте активность и диалог в этом чате — отвечайте на вопросы, публикуйте новости и объявления. Такой чат даст родителям чувство контроля и спокойствия, ведь они в любой момент смогут получить информацию о своем ребенке.
- Договоритесь с родителями, чтобы они приводили детей в садик с разницей в 5-10 минут. Это позволит вам встретить каждого ребенка индивидуально и установить с ним контакт, чтобы процесс расставания с родителями прошел более безболезненно.

Когда контакт с родителями установлен, можно выстраивать отношения с детьми.

Работа воспитателя с детьми

Важно установить доверительные отношения с детьми, чтобы они рядом с вами чувствовали себя в безопасности.

- При первом знакомстве с малышом будьте ласковы с ним. Проявляйте искреннюю доброжелательность, улыбайтесь, предлагайте свою помощь, проявляйте к нему интерес, например, задавайте вопросы о его настроении и самочувствии. У ребенка с первой встречи должно сложиться впечатление, что вам можно доверять, что вы друг, который всегда поможет.
- Познакомьтесь с ребенком в неформальной обстановке. Например, присоединитесь к малышу с мамой на прогулке. Тогда ребенок будет воспринимать вас как знакомого, увидев в детском саду.
- Создайте в группе теплую и домашнюю атмосферу, чтобы дети чувствовали себя в комфорте и безопасности. Это можно сделать с помощью предметов декора — комнатные цветы, небольшие домики или уголки для уединения. Дети могут приносить свои игрушки, чтобы рядом были знакомые предметы.
- Периодически прикасайтесь к детям и обнимайте их. Тактильный контакт дает им чувство защищенности и помогает быстрее адаптироваться.
- Многим детям хочется, чтобы мама была рядом. Удовлетворить эту потребность в детском саду можно, если создать «семейный» альбом. Расположите его в свободном доступе, чтобы ребенок мог в любой момент подойти и посмотреть фотографию мамы или папы.
- Вовлекайте детей в групповые и индивидуальные интересные игры. Если дети будут увлечены, их переживания отойдут на второй план. Кроме того, игры помогут сформировать в лице воспитателя образ лидера, который в любой ситуации придет на помощь.

Алгоритм адаптации к детскому саду

Адаптация ребенка к детскому саду — это поэтапный процесс. Задача воспитателя - регулировать эти этапы и направлять родителей.

Посещение детского сада лучше начинать с дневных и вечерних прогулок с группой. Мама остается рядом с ребенком на время этих прогулок. В течение первой недели можно приводить ребенка на несколько утренних часов. Если возможно, мама остается в группе с ребенком, если нет, то просто приходит за ним после утренней прогулки.

В течение второй недели время пребывания малыша увеличивается до обеда. Он кушает вместе с остальными, после чего мама забирает его домой. На третьей и четвертой неделе ребенка можно оставлять на дневной сон и забирать его сразу после сна или после полдника.

После четвертой недели ребенка можно оставлять в детском саду на полный день. Во время адаптационного периода важно приводить ребенка самым первым или самым последним, чтобы он не видел слез других детей. Лучше накормить ребенка дома,

поскольку многие дети отказываются есть в незнакомой обстановке, тем более непривычную еду.

Завершение адаптации

Воспитатель постоянно наблюдает за эмоциональным и физическим состоянием ребенка. Можно считать, что адаптация подошла к концу и ребенок больше не испытывает явного напряжения, если на протяжении 7 дней ребенок:

- Не плачет без причины и не спрашивает про маму
- С интересом играет со сверстниками и общается с воспитателем
- Хорошо спит, ест и не болеет

Успех адаптации и скорость ее завершения зависит от совместной работы воспитателя и родителей. Только работая в команде и проводя воспитательные мероприятия в садике и дома, можно за короткое время подготовить ребенка к детскому саду и помочь ему социализироваться в новом коллективе.

Источник: <https://www.akbiz.ru/publications/doshkolnoye>