Психологический тренинг

для воспитателей дошкольной группы:

«Вопросы адаптации ребенка»

**Цель:**

- знакомство воспитателей и помощников воспитателей с психологическими аспектами адаптации детей к условиям дошкольной группы, повышение психологической компетентности по проблемам воспитания и взаимодействия с детьми в период адаптации.

**Психолог:** Эту встречу сегодня я посвящаю проблеме адаптации детей к условиям детского сада. Надеюсь, что вопросы, которые мы будем рассматривать, помогут нам лучше разобраться в причинах возникновения проблем адаптационного периода.

Любое наше [тренинговое занятие](https://psichologvsadu.ru/rabota-psichologa-s-pedagogami/treningi-dlya-pedagogov)  мы начинаем с приветствия, поприветствуйте друг друга комплиментом.

Быть активным.

Не перебивать.

Быть открытым, доброжелательным.

Не критиковать (каждый имеет право на свою точку зрения).

**Что такое адаптация ребенка?**

Адаптация - это процесс привыкания организма к новым условиям.

Выделяют психологическую и физиологическую адаптации: физиологическая - оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада; психологическая - готовность малыша к расставанию с матерью, до принятия нового окружения.

У маленького ребенка еще нет опыта взаимодействия со сверстниками, и взрослый для него является образцом для подражания, партнером по игре. Взрослые для ребенка - это внимание, и, самое главное, - защита, комфорт, стабильность.

Чем сильнее эмоциональная связь ребенка с матерью, тем труднее проходит период адаптации. И для такого малыша ребенка воспитатель должен хотя бы частично попробовать заменить маму и быть в тесном сотрудничестве с ней. Настоящее искусство воспитания начинается с человека, который находится рядом с ребенком.

Адаптация у всех детей происходит по-разному, это зависит от многих факторов.

Существует 4 вида адаптации:

**1.** Легкая (1 - 2 недели). Я ее назвала «Как там было».

В эту группу входят дети, для которых процесс адаптации проходит легко, безболезненно. Такие дети:

- самостоятельные;

- коммуникабельные;

- уравновешенные;

- заинтересованные (общением, играми и т.п.).

**2.** Средняя (от 2 - 3 недель до 2 - 3 месяцев) - «то здесь, то там».

В эту группу входят малыши, которые проходят процесс адаптации тяжелее и медленнее. Такие дети:

- малоинициативны;

- менее самостоятельны;

- немного могут делать сами, но в основном зависят от взрослого;

- имеют недостаточно развитые навыки игры и общения.

**3.** Тяжелая (от 1 месяца до полугода) - «Точно не здесь».

Трудно адаптируются к новым условиям дети:

- несамостоятельные;

- неконтактные;

- которые быстро утомляются;

- с несформированными игровыми навыками;

- которые часто сталкиваются с проявлениями авторитаризма, жестокости, или, наоборот, если в семье царит слишком либеральный стиль. В этом случае у детей наблюдается страх, недоверие или игнорирование взрослых. Сон, аппетит у таких малышей плохой или вообще отсутствует, они часто болеют.

4. Дети, которым нежелательно посещать детский сад.

Дети домашние, не могут привыкнуть к условиям детского сада. Таких детей от 2 до 4 %.

Исходя из собственного опыта, своих наблюдений, как вы считаете, в каком возрасте ребенок лучше адаптируется к новым условиям проживания? **(ответы педагогов)**

Какой оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада? **(ответы педагогов)**

Однозначно на это вопрос ответить невозможно. Некоторые психологи наилучшим считают возраст 1 год 7 месяцев. Связь с матерью довольно тесная (если в семье царит любовь и гармония), ребенка приучают к общению со сверстниками, и к навыкам самообслуживания. Как следствие - ребенок сможет быстро влиться в коллектив детского сада. Некоторые психологи считают наилучшим возраст от 3 до 4 лет. Как лучше ребенку на самом деле, могут знать только родители.

Как нужно вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад?

Если ребенок один, часто болеет, есть страхи, то его привыкание к детскому саду должно быть постепенным. Родители должны узнать, какой режим дня в детском саду, и максимально приблизиться к нему в домашних условиях. Сначала ребенка нужно привести в группу, познакомить с воспитателями, с детьми, посмотреть вместе игрушки, заинтересовать. Лучше, когда мама с ребенком будет приходить на прогулки в детский сад, ребенок будет постепенно привыкать к детям и воспитателям. Приводить ребенка нужно во второй половине дня, после сна, для того, чтобы малыш видел, что он не останется один, его обязательно заберут. Оставлять его в первые дни можно всего на несколько часов.

**Потешки для детей**

**(для воспитателей)**

**Потешка для тех, кто плачет**

Не плачь, не плачь, деточка,

Прискачет к тебе белка,

Принесет орешки

Для Машиной потешки.

**Потешки для новичков**

Кто у нас хороший?

Кто у нас пригожий?

Ванечка - хороший,

Ванечка - пригожий!

Ой, мой маленький,

Мальчик мой родненький,

Мой хорошенький,

Мой пригоженький.

**Потешки для умывания**

Водичка, водичка,

Умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтобы смеялись губы,

Чтобы кусались зубы.

**Потешки при одевании**

Вот они, сапожки:

Этот - с левой ножки,

Этот - с правой ножки.

Если дождик пойдет,

Наденем сапожки:

Этот - с правой ножки,

Этот - с левой ножки.

Вот так хорошо!

Валенки, валенки,

Небольшие, маленькие,

**Потешки за обедом**

Жили-были сто ребят,

Все ходили в детский сад.

Все садились за столы,

И съедали, что подали.

Потом все ложились спать.

Чтобы снова все начать.

**Потешки на сон**

Вот и люди спят,

Вот и звери спят.

Птицы спят на ветках,

Лисы спят на горках,

Зайцы спят на травке,

Уточки - в муравке,

Детки все в люлечках...

Спят и спят,

Всему миру спать велят.

**Взаимоотношения ребенка со сверстниками**

Рекомендации воспитателям

**1.** Поскольку ребенок действует по примеру людей, которые его окружают, то на первое место ставятся хорошие взаимоотношения между родителями и педагогами, с которыми общается ребенок.

**2**. Старайтесь в детском коллективе создать такую атмосферу, которая бы не ограничивала действий ребенка (избегайте неаргументированных высказываний: «Так нельзя» (почему?), «Так не красиво» (почему?). Проведите с детьми беседу, к каким отношениям со сверстниками в группе они стремятся.

**3**. Эффективным методом преодоления равнодушия ребенка и неприязненного отношения к сверстникам является организация театрализованной деятельности (инсценировка хорошо знакомых и любимых сказок).

**4**. Содержательным материалом для игр-демонстраций и инсценировок могут быть не только сказки, но и специально созданные воспитателями рассказы, в которых говорится о возникновении какого-то недоразумения или конфликтной ситуации.

**5.** Целесообразно для налаживания контактов среди детей использовать моделирование ситуаций общения на занятиях.

**6**. Время от времени воспитателю стоит показать преимущества положительных поступков и формирования у детей гуманных взаимоотношений.

**7.** Целесообразно, посоветовавшись с детьми, установить добрые традиции в группе, например, встречать друг друга улыбками, веселыми репликами. Это также будет способствовать улучшению отношений.

**8.** Одним из средств формирования позитивных взаимоотношений является осуществление личностно-ориентированного подхода в воспитании, который базируется на самоуважении ребенка, предоставлении ему права на свободный выбор партнера, действий, способа общения.

**9.** Создавайте условия, способствующие установлению и развитию дружеских, приятельских отношений между детьми. Проводите игры, чтобы снять у них напряжение, это даст им возможность проявить способность к сопереживанию.

**10.** Определите детей, которые склонны стесняться. Побуждайте других детей приглашать их в совместные игры.

**11.** Обсуждайте негативные поступки, не задевая достоинства ребенка (покажите, на примерах персонажей художественных произведений).