**Консультация для воспитателей групп**

**раннего возраста «Адаптация в группах раннего возраста»**

 Адаптационный период – серьезное испытание для малышей. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей. Этот период не проходит бесследно даже при его благоприятном окончании, а оставляет след в нервно-психическом развитии ребенка. Да и воспитатели групп не всегда оказывают вновь поступившим детям квалифицированную помощь и психолого-педагогическую поддержку.

 Между тем период адаптации настолько серьезен в жизни ребенка, что для его облегчения требуются действия со стороны взрослых. Решение этой задачи ложится в первую очередь на педагогов и психологов ДОУ.

 **Цель семинара** – расширить и структурировать имеющиеся у педагогов знания о работе с детьми 2-3 лет в период адаптации.

 Материалы: по 5-6 теннисных мячиков для каждого участника, доска, маркеры или мел. Петрушка, погремушки, плюшевые мишки, колокольчик, мяч, бумага, ручки, бейджи.

**Ход семинара**

 Добрый день дорогие коллеги! Я рада вас всех сегодня видеть. Надеюсь, что время, проведенное вами, будет интересным и полезным.

 Посмотрите, какой сегодня день. Я улыбнусь вам, и вы улыбнитесь друг другу и подумайте: как хорошо, что мы сегодня здесь вместе! Мы спокойны и добры, приветливы и ласковы. Мы всегда здоровы. Что мы пожелаем сегодня…

 А что вы хотите пожелать мне? (ответы участников.) Вдохните глубоко и с вдохом забудьте обиды, злобу, беспокойство. Выдохните свежесть и красоту белого снега, тепло солнечных лучей, чистоту рек. Я желаю вам хорошего настроения и бережного отношения друг к другу.

 Мы собрались сегодня с вами, чтобы поговорить о маленьких детях, которые только-только пришли к нам в садик. Чтобы лучше их понять на нашей встрече мы сами иногда будем становиться детьми. Придумайте себе такое имя, каким бы вы хотели называться сегодня. Представьтесь, пожалуйста, и запишите новое имя на бейдже. А я буду иногда играть роль воспитателя – Веры Викторовны.

**Упражнение «Погружение в детство».**

Цель – активизировать впечатления раннего детства, почувствовать эмоциональное состояние ребенка в возрасте 2 -3 лет.

 А теперь сядьте поудобнее, ноги поставьте, так чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию – оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах.

 Представьте себя в детстве, то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день. Воздух терпкий, пряный, пахнет тополиными почками. Деревья покрываются первыми листочками и такие высокие, что кажется, своими верхушками достают до неба. Вам два или три года. Вы идете по улице. Как вы выглядите? Посмотрите что на вас надето: какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, рядом с вами близкий человек. Посмотрите, кто это. Вы берете его за руку и чувствуете его теплую нежную руку.

 Получается у вас представить себя маленьким ребенком? Расскажите, что вы чувствуете? Давайте запишем ваши чувства (записывать можно в тетрадях или на доске).

**Упражнение «Я иду в детский сад»**

Цель – прочувствовать эмоциональное состояние ребенка, пришедшего первый раз в детский сад.

 Снова закройте глаза. Представьте, что мама ведет нас в детский сад. Вы входите в ярко освещенную комнату, видите высокую тетю, незнакомых мальчиков и девочек. В комнате очень шумно. Рядом с высокой тетей стоит девочка, плачет и зовет маму. Тетя ласково зовет вас войти, вы оборачиваетесь, чтобы взять маму за руку… А мамы нет…

 Что вы почувствовали в этот момент? О чем подумали?

**Упражнение «Теннисные мячики»**

 Цель – почувствовать тяжесть эмоционального переживания ребенком начала посещения детского сада.

 Посмотрите на шарики в моей корзинке – это трудности, с которыми сталкивается ребенок, пришедший в детский сад. Я раздам их вам *(теннисные шарики раздаются по кругу*). Я раздаю вам такие трудности:

- ощущение одиночества от отсутствия близких людей в течение «бесконечного времени», и «неизвестно заберут ли меня домой»;

- незнакомая обстановка;

- незнакомые взрослые, мальчики и девочки;

- недостаточно развитые навыки самообслуживания (не умеют или неаккуратно кушают, не умеют или стесняются попроситься на горшок, не умеют одеваться т.п.);

- новый режим дня.

 Удобно ли вам держать в руках столько шариков? Что вы чувствуете, если они падают? Что вам хочется сделать?

 Друзья давайте вместе назовем те изменения, которые происходят в поведении и настроении малыша, пока он привыкает к детскому саду.

 ***Отрицательные эмоции*** – неизбежные спутники психического состояния малыша при адаптации к детскому саду. Ребенок напоминает собой пришельца: то он сидит как окаменевший, не отвечает на вопросы, не идет на контакт, то вдруг начинает бегать по группе. Он вырывается из рук воспитателей и нянь, постоянно подбегает к дверям, дожидаясь прихода родителей.

 ***Слезы.*** Малыш часто плачет – от временного хныканья до постоянного, почти непрекращающего плача. А иногда даже плачет «за компанию» с другими детьми.

 ***Страх.*** Ребенок боится многого: незнакомой обстановки, новых людей – воспитателей, порой и сверстников. А больше всего боится, что мама не придет за ним и не заберет его обратно домой. И страхи эти служат источниками стресса, спусковыми механизмами стрессовых реакций.

 ***Гнев, агрессия.*** Это стрессовые реакции, выливающиеся во всевозможные конфликты и даже драки между новоиспеченными воспитанниками в детсадовской группе. Нужно помнить, что в это тяжелое для себя время ребенок очень раним, поэтому вспышки гнева порой проявляются «из ничего», без поводов. Поэтому разумнее будет их игнорировать, разбирая проблемные ситуации в спокойные моменты.

 ***Развитие вспять.*** Часто бывает, что малыш, прекрасно обученный всем *социальным навыкам*: самостоятельно есть, мыть руки, одеваться и справлять нужду в специально отведенном для этого месте, напрочь забывает о своих возможностях. И кормят его теперь с ложечки, и штанишки мокрые меняют.

 *Речевое развитие* не только тормозится, но и временно деградирует. Вдруг выясняется, что ребенок помнит только глаголы и междометия…

 *Познавательная активность и обучаемость новым знаниям затормаживаются:* лишь ненадолго малыша воспитатели могут завлечь чем-то новым, но интерес быстро проходит.

 Что уж говорить о *коммуникабельности!* Даже если ребенок ранее легко сходился со сверстниками, сейчас у него не хватает моральных сил весь день находиться в группе назойливых. Невыносимых. Вечно орущих и не умеющих себя вести детей. Только когда он станет привыкать к своему новому кругу общения – налаживать новые контакты, тогда адаптационный кризис пойдет на убыль.

 ***Сон и аппетит.*** Дневной сон, к которому малыш привык дома, в саду во время адаптации сбивчив, порой ребенок не ложится спать вообще. Аппетит тоже оставляет желать лучшего, если не отсутствует совсем.

 Малыш, оказавшись в новой обстановке с незнакомыми детьми и взрослыми, испытывает волнение. Тревогу, страх, гнев. Ребенок переживает: «Как я без мамы? Не бросили ли меня?» Детям кажется, что если мама ушла, то это навсегда, так как особенность психики в том, что дети живут текущим моментом. Привыкание к детскому саду процесс непростой. Адаптивные возможности дошкольника ограничены, и если привыкание протекает тяжело, малыш может заболеть. Чтобы снизить эмоциональное напряжение, необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие, - на игру, а также создать условия для возникновения доверия между воспитателем и ребенком.

 Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверии детей к воспитателю.

 Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

 Лучше, если первые игры будут фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый.

 Расскажите, какие игры вы используете для создания теплой атмосфера в группе. (*Ответы участников*). Давайте поиграем в такую игру.

 **Игра «Иди ко мне».**

 Я – воспитатель. Я встречаю малыша, который пришел в детский сад. Здравствуй, Алиночка! (ласково). Иди ко мне, моя хорошая! (когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает) Ах, какая хорошая Алина ко мне пришла! (игра повторяется)

 - Что вы почувствовали, когда воспитатель вас встретил?