**Муниципальный бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Алые Паруса».**

**План по самообразованию на 2024-2025 учебный год**

**По теме: « АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА».**

**Воспитателя 1 кв. категории**

**Лобаева Н.Е.**

**с. Сеченово 2024 г.**

**Дети -** очаровательные существа. Наблюдать за ними одно удовольствие. От маленьких детей к взрослым идут волны умиротворения и расслабленности. Но и ребенок вправе рассчитывать на бескорыстную любовь, доброжелательность и ласку. Когда ребенку хорошо и спокойно, он быстро развивается. Что для этого нужно? Прежде всего – обеспечить внутреннее эмоциональное благополучие малыша.

**Детский сад** – новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие – соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Отрыв от дома и близких людей, встреча с новыми незнакомыми взрослыми, а так же с другими детьми, могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, без травмы. Как помочь ему пройти период адаптации безболезненно, создать для этого наиболее благоприятные условия?

Конечно, для любого педагога период, когда в группу приходит много новичков, является большим испытанием. Особенно важно в это время для меня было заложить основы доброжелательных отношений между детьми в группе, создать предпосылки эмоционального комфорта для каждого ребёнка. Я отчётливо понимала, что дальнейшие задачи связанные, например, с обучением, самообслуживанием и т. д. являются вторичными, так как их реализация может быть возможна позже, когда дети эмоционально успокоятся и пойдут на контакт. Работая с детьми, впервые пришедшими в детский сад, я столкнулась с тем, что все ребята очень разные по своим умениям, уровню физического и психологического развития. Кто – то очень плохо говорил, не ел самостоятельно, кто- то боялся детей и прибывал в постоянной тоске по маме. Некоторые дети умели всё, но не были часто в коллективе, поэтому могли ударить или толкнуть тех, кто приближался в их личное пространство. Некоторые из них были ослабленные, избалованны, капризны, отдельные дети дрались, кусались, не умели действовать с игрушкой. Малыши по-разному привыкали к детскому саду. Эта тема была выбрана мною не случайно, т. к. до поступления на работу в детский сад, мне не приходилось взаимодействовать с детьми раннего возраста, поэтому самообразование по этому разделу для меня очень важно.

**Адаптация** - это приспособление организма к новой обстановке.

**Цель** **работы**: создание оптимальных условий для успешной **адаптации детей** к условиям дошкольного учреждения.

**Для** **эффективного решения проблемы я поставила перед собой следующие задачи:**

**При взаимодействии с детьми:**

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

• 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.

**При взаимодействии с родителями:**

• Повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах **воспитания**, обучения и развития **детей** раннего возраста в период **адаптации.**

• формирование активной позиции родителей по отношению к процессу **адаптации детей**.

**Результатом работы по адаптации должно стать**:

• благоприятное прохождение периода **адаптации у детей.**

• создание комфортной обстановки для **детей и в группе.**

• преобразование предметно-развивающей среды.

• становление партнёрских, доверительных отношений между ДОУ и семьями **воспитанников**.

**Ожидаемый результат:** это явление интереса родителей к работе ДОУ, к воспитанию детей, улучшению детско– родительских отношений; увеличение количества обращений с вопросами к педагогу; возрастание интереса к мероприятиям , проводимых в ДОУ; увеличение количества родителей – участников в совместных мероприятиях; рост удовлетворенности родителей работой педагога и ДОУ в целом.

**Форма самообразования** (индивидуальная, групповая, коллективная)

**Действия и мероприятия, проводимые в процессе работы над темой:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Формы работы** | |
| **с детьми** | **с родителями** |
| Сентябрь | Ознакомление с каждым ребенком и его семьей. Создание доверительных отношений с каждым ребенком. | Анкетирование родителей |
| Октябрь | Адаптационные игры на ознакомление с группой (игры с мягкими модулями; рассматривание и манипуляция с игрушками). | Консультация «Общая характеристика развития ребенка от 1года до 3 лет». |
| Ноябрь | Приучение детей в игровой форме к режимным моментам. | Памятки: Как помочь ребёнку адаптироваться в детском саду.  Поздравления, посвящённые празднику День Матери; |
| Декабрь | Игры-занятия: «Накормим кукол обедом», «Расскажи, что видишь на картинке». | «Закаливание в семье».  Памятка «Профилактика простудных заболеваний». |
| Январь | Снятие эмоционального напряжения и тревожности в течении дня. Достигается посредством пальчиковых игр и упражнений (Посредством театрализованных представлений русских народных сказок и потешек). | Консультация  «Что надо знать о своём ребенке» |
| Февраль | Игры на сплочение коллектива (что тем самым помогают адаптироваться ребёнку): «Пузырьки», «Гусеница», «Кто лучше слышит», «Ласковые имена», «Паучки и комары», «Найди свой дом», «Клубочек».  Художественная литература (чтение потешек). | Консультация  «Гигиенические требования к одежде ребенка». |
| Март | Исследование навыков самообслуживания детей. | Праздник ко дню 8 Марта |
| Апрель | Развитие умение играть на территории участка. | Памятка  «Как организовать игровой уголок дома». |
| Май | Подготовка к летнему оздоровительному периоду. | Родительское собрание по итогам адаптации воспитанников к условиям пребывания в ДОУ. |

**Выводы:**

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.

Поэтому первый этап подготовки детей в ДОУ необходимо начинать со сбора информации о потенциальных воспитанниках (эту информацию можно получить в детской поликлинике, на педиатрических участках), организация родительских собраний. На таких мероприятиях решаются многие проблемы, связанные с поступлением ребенка в детский сад: родители могут детально ознакомиться с организацией жизни малышей в детском саду, режимом питания, режимом дня, с образовательной программой, с воспитанием у малышей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, с особенностями адаптационного периода, показателями адаптации и т.д.

Второй этап подготовки малыша к жизни в детском саду – знакомство с педагогами и сотрудниками детского сада.

Главное на этом этапе – это привыкание ребенка к режиму детского сада. Резкая смена режима дня малыша влияет на его здоровье. Поэтому родители в этот период должны осуществлять рекомендованные педагогами и медиками мероприятия, которые способствуют укреплению здоровья малыша.

**Основные принципы работы по адаптации детей следующие:**

1. Тщательный подбор педагогов в формируемую группу детей третьего года жизни.

2. Постепенное заполнение групп (прием 2–3 малышей в неделю).

3. Неполное пребывание ребенка в начальный период адаптации (2–3 часа, возможность пребывания с мамой).

4. Гибкий режим пребывания ребенка в детском саду (свободное время прихода, дополнительные выходные дни).

5. Сохранение в первые 2–3 недели имеющихся у малыша привычек.

6. Ежедневный контроль за состоянием здоровья, эмоциональным состоянием, аппетитом, сном ребенка в первый месяц (с этой целью на каждого ребенка заполняется так называемый «адаптационный лист»).

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.

**Список литературы:**

1. Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. - М.,1977
2. Афонькина Ю.А."Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ развитие ребенка раннего возраста": Методическое пособие. - М.:АРКТИ,2010.-80 с.(Растем умными)
3. Белкина Л.В. ’’Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие’’- Воронеж ''Учитель '',2006.-236 с.
4. Гуркина А.П. ''Формирование личности ребёнка в детском саду ''.- Учебно – методическое пособие к курсовым работам и спецсеминарам для студентов – заочников факультетов дошкольного воспитания пединститутов- М.”Просвещение“,1980.-111 с.
5. Горюнова Т.М. ''Развитие детей раннего возраста: Анализ программы дошкольного образования ''. –М.:ТЦ Сфера,2009.-128с.- (Программы ДОУ; Приложение к журналу «Управление ДОУ»)
6. Дронь А.В., Данилюк О.Л. Взаимодействие  ДОУ с родителями дошкольников. Программа «Ребёнок – педагог – родитель».- ПСб.: ООО «Детсво-Пресс»,2011.-196с.
7. Лапина И.В. '' Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого – педагогическое сопровождение , комплексные занятия''. Волгоград: Учитель, 2010.- 127 с.
8. Носова Е.А. , Швецова Т.Ю. '' Семья и детский сад: педагогическое образование родителей''.- СПб. : ООО '' ИЗДАТЕЛЬСТВО ''ДЕТСТВО - ПРЕСС '',2009. – 80 с.
9. Печора К.Л.''  Развитие и воспитание детей раннего  и дошкольного возраста . Актуальные проблемы и их решение в условиях ДОУ и семьи '' .- М.:’’Издательство Скрипторий 2003’’,2006.- 96 с.
10. Печора К.Л., Пантюхина Г.В., Голубева Л.Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. - М.,2002.
11. Соколовская Н.В. ''Адаптация ребёнка к условиям детского сада : управление процессом, диагностика, рекомендации ''.Волгоград : Учитель,2011.- 188 с.
12. http://www.moi-detsad.ru/konsultac364.html
13. http://vospitatel-enm.ru/material-dlya-kolleg/