

КРУГЛЫЙ СТОЛ для педагогов ДОО
«Адаптация детей раннего возраста»

Июль 2023

Старший воспитатель

Ход: 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. Вдохните глубоко и со вдохом забудьте обиды, злобу, беспокойство. 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.

Упражнение «*Погружение в детство*»

Цель — активизировать впечатления раннего детства, прочувствовать эмоциональное состояние ребенка в возрасте 2—3 лет.

А теперь сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол 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 осенний день. С деревьев опадают последние листочки и деревья 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. Расскажите, что вы чувствуете? Давайте запишем ваши чувства (*записывать можно на мольберце*).

Упражнение «*Я иду в детский сад*»

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

Снова закройте глаза. Представьте, что мама ведет вас первый раз 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*» (*пригласить 2-3 воспитателя*)

Цель — прочувствовать 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*»; незнакомые взрослые, мальчики и девочки.

• недостаточно развитые навыки самообслуживания (не умеют или не аккуратно кушают, не умеют или стесняются попроситься на горшок, не умеют одеваться и 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

Слезы. Малыш часто плачет — от временного хныканья до постоянного, почти непрекращающегося 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 понимать, 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 вспясть. Часто бывает, что малыш, прекрасно обученный всем социальным навыкам: самостоятельно есть, мыть руки, одеваться и справлять нужду в специально отведенном для этого месте, — напроочь 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 сходил 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 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 детской психики в том, что дети живут текущим моментом. Привыкание к детскому саду — процесс непростой. 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, доверия детей к воспитателю.

Расскажите, какие игры вы используете для создания теплой атмосферы в группе.

(*Ответы участников.*) Давайте поиграем в эти игры.

Игра *«Хоровод»*

По твоим совсем немножко.

Подставляй-ка их скорее.

Шлеп да шлеп — повеселее!

Воспитатель выполняет действия в соответствии со словами.

«Погладим котёнка»

— Киса, кисонька, кисуля. —

Позвала котенка Юля. —

Не спеши домой, постой! —

И погладила рукой.

Одной, потом другой рукой сделать расслабляющие упражнения для пальцев.

Игра «Кто в кулачке?»

Друзья мои, посмотрите на мои ручки! У меня есть пальчики.

(«Воспитатель» раскрывает кисти рук и шевелит пальцами.) Ну-ка покажите свои

ручки! А пальчики! Теперь я сожму плотно кулачки — так, чтобы большие пальцы

оказались внутри. (Показывает участникам, как это сделать.) Сожмите кулачки!

Кто залез ко мне в кулачок? Сжать пальцы в кулак.

Это, может быть, сверчок?

Ну-ка, ну-ка вылезай! Выставить вперед большой палец.

Это пальчик? Ай-ай-ай!

- А какие вы знаете пальчиковые игры, которые нравятся детям? (Ответы участников.)

Для того чтобы ребенок почувствовал себя спокойнее, нужно направлять его внимание на телесные ощущения — потрогать, погладить. Включение телесных ощущений снижает тревогу ребенка и позволяет установить контакт.

Упражнение «Тополиный пух»

Цель — снятие беспокойства, тревоги.

Я предлагаю вам выбрать себе пару Один из вас будет играть роль ребенка, другой — воспитателя. Пусть «ребенок» примет удобную для него позу. «Воспитатель» начнет с мягких, нежных, медленных прикосновений к телу. Пусть ваши прикосновения будут хаотичными. Прикоснитесь к голове, затем к пяточке. Пока одна ваша ладонь лежит на теле «ребенка», другая плавно переносится на новое место, например на локоть, а затем на животик. А теперь поменяйтесь ролями.

Успешность и действенность этого упражнения зависит от соблюдения следующих принципов.

•Не суетитесь: любые прикосновения, любые взаимодействия с телом должны быть спокойными, внутренне умиротворенными.

- Все прикосновения, движения, взаимодействия с телом должны быть минимальными по силе и амплитуде.

- Очень важна внутренняя готовность к работе с телом. У вас должны быть не только нежные руки, но и спокойное, уравновешенное состояние. Вы — одно целое с ребенком, который чутко реагирует на малейшие изменения вашего настроения.

Лучше не делать того, к чему вы не готовы. Живите в том, что вы делаете. Лишь в этом случае упражнение будет максимально эффективным.

- Для того чтобы ребенок почувствовал себя спокойнее, нужно направлять его внимание на телесные ощущения — потрогать, погладить. Включение телесных ощущений снижает тревогу ребенка и позволяет установить контакт.

-

Мы узнали много нового о себе и о детях, пришедших в детский сад. Как вы себя чувствуете? Расскажите, что было для вас особенно полезным? (*Рассказы педагогов.*)
Хочу сказать большое спасибо вам, дорогие коллеги! Спасибо, что вы пришли и поделились своим опытом воспитания. Надеюсь, что ваши поиски и успехи, напряженный душевный труд, который вы демонстрировали на занятиях, найдут отражение в понимании своих детей и себя. Вспомним японскую мудрость: «Плохой хозяин растит сорняк, хороший выращивает рис. Умный культивирует почву, дальновидный воспитывает работника». Давайте же воспитывать достойное поколение.

Притча «*Банка жизни*»

На стол ставится стеклянная пустая банка.

- Что Вы можете сказать об этой банке? (*Она пустая.*)

- Совершенно верно, — затем из-под стола достается мешок с крупными камнями и укладываются в банку до тех пор, пока они не заполнят ее до самого верха.

- А теперь что Вы можете сказать об этой банке? (*Теперь банка полная*) Достается еще один пакет с горохом, и засыпается в банку. Горох начинает заполнять пространство между камнями:

- А теперь? (*Теперь банка полная*)

Достается пакет с песком, и засыпается его в банку, спустя какое-то время в банке не осталось свободного пространства. (*Ну, теперь-то банка точно полная*)

Тогда достается стакан чая и выливается в банку

- А вот теперь банка полная! Сейчас я буду объяснять Вам, что произошло.

Банка — это наша жизнь, камни — это самые важные вещи в нашей жизни, это наша семья, это наши дети, наши любимые, все то, что имеет для нас огромное значение;

горох — это те вещи, которые не так значимы для нас, это может быть дорогой

костюм или машина и т. д. ; а песок — это все самое мелкое и не значительное в нашей жизни, все те мелкие проблемы, которые сопровождают нас на протяжении всей нашей

жизни; так вот, если бы я сначала засыпала в банку песок, то в нее бы уже нельзя было поместить ни горох, ни камни, поэтому никогда не позволяйте различного рода

мелочам заполнять Вашу жизнь, закрывая Вам глаза на более важные вещи. А чашечка

чая - чтобы, не смотря ни на какие проблемы у Вас всегда оставалось время попить чаю

с приятными людьми!

Успехов вам!

