**Адаптация старших дошкольников**

Все без исключения хотят видеть детей счастливыми, успешными, умеющими общаться с окружающими людьми.

Практика работы показывает: дошкольники в период адаптации сталкиваются с существенными трудностями в установлении дружеских взаимоотношений, в проявлении личностной активности, в умении работать в коллективе.

Я считаю, что проблема адаптации возникает, потому что педагоги уделяют большое внимание познавательным способностям ребёнка, но забывают про социальную составляющую.

Мой опыт работы с детьми старшего дошкольного возраста состоит в том, что я формирую у ребёнка навыки социального взаимодействия, повышая тем самым его социальную уверенность.

Социальные способности, как утверждают психологи (Д. Б. Эльконин, Л. С. Выготский), фиксируются у ребёнка на рубеже старшего дошкольного возраста. Поэтому именно в этом возрасте мы формируем навыки социальной уверенности.

Целью моей работы является:

Формирование навыки социально-уверенного поведения у детей старшего дошкольного возраста.

Практика моей работы показала, что самому ребенку трудно разобраться в своих чувствах и переживаниях. Ему необходимо помочь научиться понимать свое состояние и переживание. Актуальность проблемы адаптации привела меня к разработке и проведению развивающих занятий «Я и Я», которые способствуют осознанию ребенком самого себя, развитию внимания к себе, своим чувствам, повышению самоуважения.

Блок занятий «Я и Ты» помогает увидеть и понять другого человека, формировать внимательное отношение к окружающим людям.

Занятия «Я и Мы» формируют навыки сотрудничества, общности и групповой сплоченности.

Атмосфера на занятии помогает влиться в коллектив, понять свою индивидуальность, что является частью работы по формированию социальных навыков.

Каждое занятие включает в себя игры и упражнения, способствующие само регуляции детей, настраивающие на совместную деятельность, общение: «Доброе животное», «Комплементы», «Эстафета дружбы», «Солнечные лучики», «Упражнения на мышечную релаксацию (снятия напряжения)».

Мини этюды: «Цветок», «Ежата», «Солнце», «Из семени в дерево», «Спасти птенца».

Дыхательную гимнастику «Дышим он, и я и ты», «Носиком дышу».

В развитии у старших дошкольников коммуникабельности и готовности к сотрудничеству мне помогают методы исследования. Организую исследовательскую работу по законам проведения научных изысканий.

Обучение строится в форме партнерской деятельности, развертывающейся как исследование вещей и явлений окружающего мира.

Для работы с детьми необходим комфортный психологический климат, благоприятные условия, которые вдохновляют ребенка на поисково-познавательную деятельность, вселяют уверенность.

Для этого организовала предметно-развивающую среду.

Лаборатория «Ручеек», где дети имеют возможность проводить опыты с водой, воздухом, почвой и т.д. Наш «Ручеек» ассоциируется с пытливой мыслью ребенка, которая как ручеек прокладывает путь в неизведанное.

Здесь дети решают проблемные ситуации, ставят эксперименты в процессе совместной деятельности и под руководством воспитателя.

Ведь недаром гласит китайская пословица: «Расскажи и я забуду, покажи, и я запомню, дай попробовать и я пойму».

Именно в экспериментальной деятельности ребенок вместе с воспитателем и другими детьми осуществляет практические действия, обсуждают результаты, делают выводы.

Главная особенность детского исследования заключается в том, что дети во время экспериментирования не могут не разговаривать, общаться, сотрудничать. При этом испытывают большую радость, удивление и даже восторг от своих открытий.

В этом помогают различные виды экспериментирования:

**Фронтальные –**ребенок сам или в группе ищет пути и способы достижения цели.

**Мысленные –** «Что можно сделать из….?», «Что будет, если люди научаться читать мысли других?» Дети учатся рассуждать, делать умозаключения, объяснять, доказывать, объединяться в группы.

При этом я увлекаю детей интересным содержанием материала, постановкой проблемных вопросов, используя при этом спец упражнения и игры. Например «Посмотри на мир чужими глазами», «Составь рассказ, используя данную концовку», «Волшебные превращения».

Решая проблемы, выдвигая гипотезу, дети учатся объяснять, доказывать самостоятельно и объединятся в пары, в группы.

А для детей, у которых не сформированы навыки социального взаимодействия при экспериментировании, используя следующие приемы: совместная работа с детьми, работа воспитателя по указанию детей «Ребята, что мне надо сделать, прежде всего!». Допущенная неточность в работе воспитателя (дать возможность детям внести исправления). Для формирования социальной уверенности, я на протяжении нескольких лет веду кружок «юный исследователь» членами которого являются дети с повышенным уровнем тревожности, замкнутые, застенчивые. Занятия кружка провожу так, что бы каждый ребенок от начала до конца был занят делом, увлекая детей интересным содержанием материала, постановкой проблемных вопросов, умственным напряжением. Все это побуждает детей к сотрудничеству их к командному взаимодействию.

Итого работы в этом направлении является то , что дети становятся социально уверенными, имеют собственное мнение, верят в свой успех, владеют навыками самоконтроля, умеют управлять эмоциями и чувствами и легко и быстро адаптируются к детскому саду.