Е.А. Корсакова



АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

ПО РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

 В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

Отдел образования Администрации Красногвардейского района

Санкт-Петербург

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Информационно-методический центр Красногвардейского района

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №47 комбинированного вида

 Красногвардейского района Санкт-Петербурга

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

ПО РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

 В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

**Санкт – Петербург**

**2013**

**АВТОР – СОСТАВИТЕЛЬ:**

**Корсакова Екатерина Алексеевна,** методист ГБДОУ №47

В данном пособии представлен опыт работы педагогов ГБДОУ №47 по работе с детьми раннего возраста. В материалах сборника раскрыты особенности нервно-психического развития детей третьего года жизни, даны педагогические рекомендации, как облегчить привыкание ребенка к новым условиям, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей в возрасте от 2 до 3 лет. Описаны этапы работы педагогов ДОУ с семьей по адаптации детей раннего возраста.

 В пособии широко представлены формы и способы взаимодействия педагогов с детьми в адаптационный период, а также создание определенных условий, способствующих оптимальной адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада.

 В приложении даны советы психолога для родителей по облегчению адаптации, рекомендована специальная литература по данной проблеме.

 Методические материалы адресованы педагогам групп раннего возраста, педагогам дополнительного образования, родителям.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение ……………………………………………………. 4

Нервно-психическое развитие ребенка второго и третьего

года жизни …………………………………………………… 6

Этапы и содержание работы в период адаптации…………. . 6

Виды адаптации детей раннего возраста …………………… 13

Формы и способы адаптации детей раннего возраста …….. 16

Организация условий для адаптации детей раннего возраста 23

Заключение ……………………………………………………. 27

Приложение ……………………………………………………. 29

Литература ……………………………………………………… 38-39

**ВВЕДЕНИЕ**

В настоящее время накоплен большой положительный опыт организации приема детей в дошкольное образовательное учреждение. В методической литературе даны педагогические рекомендации, как облегчить привыкание ребенка к новым условиям, учитывая возрастные и индивидуальные особенности, в какой мере считать его привычки и др.

Нужно отметить, что в большинстве случаев ни педагоги, ни родитель не отдают себе в полной мере отчета в том, насколько ответственен момент выхода ребенка в детский сад, насколько серьезные, хотя не всегда бросающиеся в глаза последствия он может иметь.

В каком бы возрасте ребенок ни пришел впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, обусловленное несколькими факторами.

Во-первых, ломается привычный стереотип жизни, в котором ребенок чувствовал себя спокойно и уверенно, так как успел к нему приспособиться и уже примерно знал, что за чем в течение дня последует и как это будет происходить.

Второй чрезвычайный психотравмирующий фактор – разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребенке с рождения. Это порождает ощущение тревоги, неуверенности, незащищенности, к которому часто примешивается чувство покинутости, брошенности.

***Чтобы удовлетвориться, что этого не произошло, дети иногда начинают вести себя недопустимым образом, как бы проверяя, насколько может разгневаться на него мама, которая не хочет его больше видеть, а заодно и эта новая тетя, с которой его оставляют, и определить, таким образом, добрая она или злая, любит его или нет.***

Наконец, совершенно непривычно для ребенка и представляет значительную нагрузку для его нервной системы пребывание среди 15-20 сверстников. Ребенок включается в достаточно сложную систему отношений, распределения игрушек и внимания воспитателя, даже уровень шума в группе по началу может быть сильным психотравмирующим фактором.

Очень важно в этот момент относиться к ребенку очень бережно и внимательно, стремиться помочь ему пережить этот трудный момент, а ***не упорствовать в своих воспитательных планах, не бороться с капризами.***

Психологи советуют взрослым в период адаптации:

* ***Не впадать в панику, когда ребенок строптив;***
* ***Не пытаться переделывать психику ребенка;***
* ***Распознать, понять, принять ребенка таким, какой он есть.***

Чтобы привыкание ребенка к детскому саду было максимально безболезненным, нужно сделать его постепенным.

**НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ВТОРОГО И ТРЕТЬЕГО ГОДА ЖИЗНИ**

Для детей второго года жизни характерна обостренность восприятия. Ничто не проходит мимо их внимания: животные, птицы, транспорт, игрушки. Все это очень важно для малыша: мозг его получает новую информацию, которая необходима для его развития.

Внимание ребенка носит непроизвольный характер. Его можно заинтересовать многим, но заставить быть внимательным нельзя. Постоянное рассматривание окружающих предметов развивает наблюдательность. Важно организовать жизнь ребенка таким образом, чтобы он не только видел вокруг себя большое разнообразие предметов, но и действовал с ними. В деятельности формируется мышление.

На втором году жизни совершенствуется понятие речи, функции обобщения; он учиться подражать словам и фразам взрослого человека, расширяется активный словарь; он начинает пользоваться речью.

Это период наглядных обобщений, когда ребенок объединяет предметы по бросающемуся в глаза сходству: цвету, величине. Затем, приобретая опыт, но может по слову взрослого обобщать предметы, ориентируясь на их существенные признаки. К концу второго года речь ребенка начинает выполнять свою основную функцию – использоваться как средство общения с окружающими. Особое значение для ребенка этого возраста имеет развитие его игровой деятельности и действия с предметами. Действуя с предметами, он практически знакомится с их свойствами, учится их сравнивать, сопоставлять; действуя так, он мыслит.

На третьем году жизни у детей совершенствуется деятельность нервной системы. Происходит интенсивное нервно-психическое развитие. увеличивается словарь ребенка в 3-4 раза по сравнению с предыдущим периодом. На протяжении третьего года жизни ребенок овладевает разнообразными представлениями и понятиями об окружающем его мире. Происходит дальнейшее сенсорное развитие, претерпевает значительные изменения ориентировочно-познавательная деятельность ребенка. Важным средством сенсорного и общего развития малыша являются наблюдения. Наблюдая, ребенок может познакомиться со свойствами предметов, их формой, величиной, цветом. Однако определять их самостоятельно малыш еще не может. Поэтому его надо учить выделять свойства предметов окружающей обстановки. Деятельность ребенка этого возраста становиться сложной и разнообразной; предметная (пирамидки, мозаика, матрешки); наблюдения; рассматривание картинок, книг; начало изобразительной деятельности. Все эти виды деятельности имеют значение для умственного развития малыша. Среди всех видов деятельности ребенка особое место занимают игры.

**ЭТАПЫ И СОЕРЖАНИЕ РАБОТЫ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ**

***1 этап. Работа заведующей с родителями***

Когда родители в первый раз приходят в детский сад, чтобы оформить документы своего малыша, сразу же проведите с ним беседу. Обратитесь к ним с просьбой найти возможность начать водить ребенка не с того дня, когда мама должно выйти на работу, а, как минимум, за месяц до этого, чтобы постепенно увеличивать длительность его пребывания в детском саду – от 1,5—2 часов до полного дня.

Не забывайте, что не только дети, но и многие родители тяжело переживают предстающую разлуку с ребенком, тревожатся, хорошо ли ему будет в детском саду. У многих родителей есть изначальное предубеждение против дошкольного учреждения. Тревога взрослого неизбежно передается малышу, и эта тревога естественна, она не может рассматриваться как какой-то каприз. Вам надо успокоить родителей, убедить их в том, что рядом с их малышом будут внимательные, добрые, грамотные люди. Расскажите о воспитателях и их помощнике, которые работают в группе, отметьте их достоинства. Затем можно провести родителей по детскому саду, зайти в группу, познакомить родителей с воспитателем, к которому они проведут своего ребенка.

***2 этап. Работа воспитателя с родителями.***

Когда родители (желательно мама) ребенка приходит к вам в группу, выйдите к ней навстречу, поздоровайтесь. Обращаясь по имени и отчеству, представьтесь. Затем пригласите ее осмотреть группу. Покажите шкафчики, в которых дети хранят свои одежду, расскажите, куда какие вещи они убирают, чтобы мама почувствовала: у вас в группе - порядок, и вы следите за вещами детей. Объясните, что ребенок сам может выбрать из свободных шкафчиков тот, который ему нравиться, и принести из дома красивую картинку, чтобы наклеить на шкафчик. Расскажите, какие вещи нужны в качестве сменных.

Затем проведите маму в групповую комнату. Покажите игрушки и пособия. Расскажите, что с детьми будут проводиться занятия, они будут рисовать и лепить, петь и танцевать, слушать сказки, что ребенок, если захочет, может принести из дома любимые игрушки.

Покажите маме спальню, расскажите, что за каждым ребенком закреплена определенная кровать, на которую тоже можно наклеить картинку. Если у мамы будут пожелания, куда лучше положить ее малыша, по возможности выполните ее просьбу. Покажите туалетную комнату, отметьте специально, что у каждого ребенка свое полотенце и свой горшочек, которым пользуется только он. Затем расскажите о режиме дня, выясните, соблюдается ли он дома и насколько отличается от принятого в детском саду. Постарайтесь убедить маму, что принятый в детском саду режим желательно соблюдать в выходные дни.

Присядьте вместе с мамой и расспросите ее, как она настроена, тревожит ли ее что-нибудь в связи с тем, что ее ребенок пойдет в детский сад. Пусть подробно расскажет вам, что ее беспокоит, и вы вместе обсудите, как облегчить период адаптации. Важно, чтобы мама почувствовала: вы выделяете ее малыша из общей массы детей и готовы принимать во внимание особенности его характера.

Договоритесь точно, когда ребенка в первый раз приведут в детский сад (желательно утром, ближе к концу завтрака, накормленного).

Родители надеются на то, что:

* Вы будете внимательно прислушиваться к их просьбам и пожеланиям относительно детей;
* С Вами можно будет посоветоваться о ребенке;
* Вы будете рассказывать, чем занимаетесь с детьми, как ведет себя их ребенок в группе, что у него хорошо получается;
* Вы будете ласковы с ним;
* Дети всегда будут чистыми, тепло и аккуратно одетыми, сытыми и жизнерадостными;

В общении с родителями и родственниками нужно придерживаться следующих правил:

* В любое время они могут прийти в группу и находиться там столько, сколько сочтут нужным;
* Они могут приводить и забирать ребенка в удобное для них время;
* Воспитатель должен неуклонно выполнять их просьбы относительно питания, сна, одежды ребенка.

Для того чтобы обрести в лице родителей ребенка союзников, нужно учитывать, что общение имеет свои закономерности. Прежде всего следует настроиться на диалог, а не на поучение.

Некоторые советы Дейла Карнеги позволят вам сберечь собственную энергию и душевные силы и сделать общение с родителями приятным и конструктивным.

Итак, помните, что «критика бесполезна потому, что она заставляет человека обороняться и, как правило, стремиться оправдать себя. Критика опасна потому, что она наносит удар по его гордости, задевает чувство собственной значимости и вызывает обиду».

«Знаете ли вы кого-нибудь, кого вам хотелось бы переделать, исправить и усовершенствовать? Прекрасно! Но почему не начать с самого себя? С чисто эгоистической точки зрения это намного полезнее, чем пытаться усовершенствовать других».

«Будьте чистосердечны в своей оценке и щедры на похвалу, и люди будут хранить в памяти ваши слова и повторять их через много лет после того, как вы их уже забудете».

«Улыбка….ничего не стоит, но много дает. Она обогащает тех, кто ее получает, не обедняя при этом тех, кто ею одаривает. Она длится мгновение, а в памяти остается порой навсегда. Никто не богат настолько, чтобы обойтись без нее, и нет такого бедняка, который не стал бы от нее богаче».

***3 этап. Первые контакты с ребенком.***

**Первая неделя**

Вы выходите навстречу маме и малышу, ласково улыбаетесь, здороваетесь, располагаетесь так, чтобы ваши глаза оказались на одном уровне с глазами ребенка. Протяните к нему руки, погладьте его, возьмите за руки, если он охотно идет на физический контакт. Если же ребенок прижимается к маме – не настаивайте. Пусть мама держит ребенка за руку столько, сколько он захочет. Не надо ругать его за то, что он испугался. Постарайтесь его чем-нибудь заинтересовать. В раздевалке покажите шкафчик, расскажите, что у каждого из детей есть свой шкафчик с любимой картинкой, куда они кладут свои вещи. Скажите ребенку как можно вас называть. Форма обращения может быть разной в зависимости от того, какую считаете приемлемой вы сами. Вполне допустимы и такие варианты, как «баба Таня, тетя Надя, Анна, Ира» и т.п.

Предложите ребенку раздеться на банкетке и пойти посмотреть игрушки. Вводя его в группу, обратитесь к другим детям: «А это к нам пришел….. А вот Саша, это Нина, это Олег….». Если малыш сразу побежит к игрушкам, пусть играет. Если же он не отпускает руку мамы, пусть они пройдут в игровой уголок вместе. Через какое-то время вы покажете ребенку, где туалет, предложите воспользоваться им. По мере надобности помогите ему раздеться и одеться.

***Помните: первые контакты с ребенком – контакты помощи и заботы.*** Он должен понять, что на вас можно положиться
, как на маму, что вы готовы помогать ему и защищать его в этом новом для него месте.

Когда дети начинают собираться на прогулку, помогите ребенку застегнуть пуговицы, завязать шапку, если он согласится; если нет – пусть ему поможет мама. Мама может помочь вам одеть и других детей. С прогулки мама забирает ребенка домой. Так проходит вся первая неделя.

***Вторая неделя***

В течение второй недели воспитатель постепенно начинает принимать все большее участие в одевании, раздевании ребенка, предлагает ему различные игры. Мама может уйти по своим делам спустя 10-15 минут, обязательно четко сказав ребенку. Что она придет за ним, как обычно, после прогулки. Малыш останется в группе в течение такого же времени, что и в первую неделю, но без мамы. Если ребенок сам выразит желание пообедать или поспать вместе с другими детьми. Адаптационный цикл закончится быстрее. Хорошо, если в течение этой недели ребенок привыкнет к вам настолько, что будет сам идти на руки, на колени, будет принимать вашу ласку.

***Третья неделя***

Взрослому трудно понять, насколько значим для ребенка переход к новым условиям кормления, новому вкусу того, что ему предлагают за завтраком, обедом. Чтобы дополнительно не травмировать малыша утром, в течение первых двух недель желательно кормить его дома. В течение третьей недели вы постараетесь его приучить есть в детском саду***. Никогда и ничем нельзя кормить ребенка насильно!*** Докармливать можно только в том случае, если ребенок не возражает. Ребенок имеет право не любить то или иное блюдо, оно может показаться ему невкусным.

Желательно, чтобы в первые два-три дня мама приходила за малышом к концу прогулки, помогала ему раздеться, и он обедал в саду в ее присутствии. Если он захочет, мама покормит его даже в том случае, если ребенок может есть сам. В следующий раз предложите ему свою помощь: покажите, что вы готовы покормить его так же спокойно и ласково, как мама, что вы не будете настаивать на том, чтобы он доел все или ел то, что ему заведомо не нравиться. По окончании обеда, если ребенок отказывается ложиться спать, мама забирает его домой. если ребенок хорошо адаптируется, через два-три дня можно предложить ему остаться и поспать со всеми детьми в группе, выбрать для себя кроватку. Если ребенок отказывается – эта работа переноситься на четвертую неделю.

***Четвертая неделя***

Многие дети любят класть с собой в постель любимую игрушку. Если такая игрушка у ребенка есть, предложите ему принести ее с собой в детский сад. Пока ребенок будет есть, медвежонок или собачка могут устроиться в кроватке и ждать малыша там. Если ребенок не захочет, можно разрешить ему не спать, сказать, что он только полежит на кровати со своей любимой игрушкой, может тихонько поговорить с ней.

Обязательно нужно посидеть с ребенком, ласково погладить его. Желательно при этом тихо, шепотом говорить что-то ласковое, например: «Сашенькины ручки будут отдыхать. Им тепло и хорошо – тепло и спокойно. Они лежат свободно…тепло и свободно…Глазки закрываются, тоже будут отдыхать…и ножки будут отдыхать…». Можно тихонько напеть колыбельную песню. Детей удивительно успокаивает всем известная мелодия песенки «Баю-баюшки-баю, не ложися на краю….». Вы можете просто напевать ее, как бы про себя, без слов.

Работая с детьми этого возраста, выбирая стиль общения с ними, важно помнить следующее: ребенок должен решить для себя, что ***воспитатель совсем как мама.***

**Итак, в адаптационный период очень важно:**

* Проявлять максимум терпимости ко всем просьбам и даже капризам ребенка и заслужить его доверие;
* Сохранять постоянство обстановки в группе и порядка следования разных событий жизни, обозначая переходы от одного события к другому так, чтобы ребенок успевал на него настроиться;
* Найти возможность индивидуального общения с каждым ребенком, не форсировать начало «групповой» жизни;
* Исподволь познакомить детей друг с другом и установить незыблемые правила общежития.

**Что нравится детям в воспитателях?**

1. Искренность всех проявлений.
2. Доброта и отзывчивость к живым существам.
3. Веселое, доброе настроение и умение создать его у других.
4. Богатая фантазия и воображение. Способность увлеченно играть на равных, придумывать праздники и развлечения.
5. Красивая одежда и прическа, украшения.
6. Мелодичный, певучий голос, ласковые обращения, негромкая речь.
7. Мягкие, ласковые движения.
8. Умение придумывать и рассказывать истории.

**Выводы:** Адаптация – это не только процесс привыкания ребенка к ДОУ на первых порах, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни.

Адаптация начинается с внутриутробного периода и продолжается после рождения человека до конца жизни, так как на организм постоянно действуют различные раздражители, к которым нужно приспосабливаться.

Чем младше ребенок, тем больше степень утомления организма и тем труднее вырабатываются приспособительные реакции, следовательно, и большое значение имеет индивидуальный подход к ребенку.

***Длительность периода адаптации зависит от многих причин:***

* От особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
* От наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
* От состояния здоровья;
* От резкого контраста между обстановкой в которой ребенок привык находиться, и той, в которой он находится в детском саду; от разницы методов воспитания.

Особое внимание нужно уделять детям, которые только поступили в детский сад, так как их нервная система испытывает значительные нагрузки в условиях новой, непривычной обстановки.

Тяжело переносят приход в группу дети, давно посещающие ДОУ, но которые часто и длительно болеют. Они забывают некоторые умения, если они не были закреплены, плачут, сторонятся новых детей.

**ВИДЫ АДАРТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

В последнее время повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения с 1,5 до 3 лет, с одной стороны, и усиление образовательной нагрузки в дошкольном учреждении – с другой, делают проблему привыкания младшего дошкольника к условиям детского сада особенно актуальной.

Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности и высокая цена, которую платит организм ребенка за достигнутые успехи, определяют необходимость тщательного учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к дошкольному учреждению или, наоборот, замедляющих ее, мешающих адекватно приспособиться.

Адаптация включает множество индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от состояния здоровья ребенка.

Адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и требованиями среды. Выделяют три стиля, с помощью которых человек может адаптироваться к среде:

А) творческий стиль, когда ребенок старается активно изменять условия среды, приспосабливая ее к себе, и таким образом приспосабливается сам;

Б) конформный стиль, когда ребенок просто привыкает, пассивно принимая все требования и обстоятельства среды;

В) избегающий стиль, когда ребенок пытается игнорировать требования среды, не хочет или не может приспосабливаться к ним

Наиболее оптимальным является творческий стиль, наименее оптимальным – избегающий.

К сожалению, попытки рассмотреть проблему адаптации остаются на уровне только теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед приходом ребенка в сад максимально приблизить домашний режим к режиму дошкольного учреждения. Существует три фазы адаптационного процесса.

1. Острая фаза – сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии; фаза длиться в среднем один месяц.
2. Подострая фаза – характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития. Особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами; фаза длиться 3-5 месяцев.
3. Фаза компенсации – характеризуется убыстрением темпа развития, и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии.

При этом различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

***Легкая адаптация*** – поведение нормализуется в течение 10-15 дней; ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения;

Адаптация ***средней тяжести*** – сдвиги нормализуются в течение месяца, ребенок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса;

***Тяжёлая адаптация*** - длиться от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Именно поэтому необходима целенаправленная организация жизни младшего дошкольника в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками. Таким образом, первая часть данной работы ставит своей задачей помочь руководителям дошкольных учреждений, воспитателям, детским психологам в организации адаптационного периода, дает практические рекомендации, описание занятий, сценарии, призванные облегчить эту сложную, кропотливую работу на первоначальном этапе.

**ФОРМЫ И СПОСОБЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА.**

С поступлением ребенка в ДОУ в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования, постоянный контакт с детьми. Новое помещение, таящее в себе много неизвестного.

Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям,