МБДОУ «Детский сад № 5 «Семицветик»

г. Протвино, Московская область

СТАТЬЯ

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Автор: воспитатель, Кондрашова Л.Н. МБДОУ «Детский сад № 5 «Семицветик», г. Протвино, Московская область

Адаптация детей раннего возраста в дошкольной образовательной организации является актуальной, так как проблема адаптации детей второго-третьего года жизни к условиям детского сада имеет большое значение. От того как проходит привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям зависит его физическое и психическое развитие, помогает предотвратить или снизить заболеваемость, а также дальнейшее благополучие, существование в детском саду и семье.

Насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. На помощь семье должен прийти детский сад.

В педагогической литературе в большей степени освещены вопросы адаптации к дошкольному учреждению детей раннего возраста (А.И. Жукова, Н.И. Добрейцер, Р.В. Тонкова-Ямпольская, Н.Д.Ватутина и др.).

Адаптация определяется, прежде всего, как медико-педагогическая проблема, решение которой требует создания условий, удовлетворяющих потребности детей в общении, тесного взаимодействия между семьёй и общественным воспитанием, хорошего медицинского обслуживания детей и правильной организации воспитательного процесса (Н.М. Аксарина, А.И. Мышкис).

Значительное внимание проблема приспособления детей к условиям общественного воспитания уделяется в современных исследованиях учёных стран Западной и Восточной Европы (К.Грош, М.Зейдель, А. Атанасова-Вукова, В. Манова-Томова, Э. Хабинакова).

Доказано, что поступление в дошкольное учреждение связано со значительными неблагоприятными эмоционально-психологическими изменениями личности, коррекция которых требует целенаправленного воспитательного воздействия.

В последние годы все более активно вопросы социальной адаптации рассматриваются в педагогических работах (Ш.А. Амонашвили, Г.Ф.Кумарина, А.В.Мудрик, И.П. Подласый, Е.А.Ямбург и др.).

При рассмотрении теоретических проблем, относящихся к психологии и педагогике развития личности, адаптация рассматривается как фаза личностного становления индивида,

вступающего в относительно стабильную социальную общность (Э.В. Ильенков, А.В. Петровский, Л.С. Выготский, Д.И. Фельдштейн). Развитие личности здесь представляется как процесс ее вхождения в новую социальную среду, адаптация и, в конце концов, интеграция с ней.

Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать, как процесс вхождения ребенка в новую для него среду и болезненного привыкания к ее условиям.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания.

На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояние здоровья, степень закаленности, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения с взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей. Дети, имеющие отклонения в этих сферах труднее адаптируются к новым социальным условиям. У них может развиваться эмоционально-стрессовая реакция, приводящая к нарушению здоровья.

Для профилактики подобных реакций необходима организация медико - психолого-педагогического сопровождения детей в период их подготовки и адаптации к пребыванию в дошкольной образовательной организации:

• подготовка детей к поступлению в детский сад и прогнозирование адаптации к нему;

• организация жизнедеятельности детей в период адаптации;

• контроль состояния здоровья детей в период адаптации и коррекция возникающих нарушений.

Психологическая готовность ребенка к детскому саду - это один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям. Ребенок должен быть готов к тому уровню общения, который задает атмосфера детского сада. Как показывает анализ случаев консультативной практики - дети далеко не всегда обладают необходимыми для той или иной группы детского сада навыками коммуникации.

Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приводит к нарушениям интеллектуального, физического развития ребенка, возникновению отрицательных форм поведения.

Адаптация - приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Когда ребенок отделяется от семьи и идет в детский сад, жизнь и взрослых и детей значительно меняется. Потребуется какое-то время для того, чтобы семья приспособилась к новым жизненным обстоятельствам.

В ходе комплексного исследования, проведенными учеными выделено три фазы адаптационного процесса:

1. Острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе. Это приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится 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 (длится 3-5 месяцев).

3. Фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Компоненты адаптации – согласование самооценок и притязаний ребенка с его возможностями и реальностью социальной среды. Применительно к длительности обычно говорят о четырех вариантах адаптации. Легкая адаптация – около месяца требуется семье, чтобы приспособиться к новым условиям. Адаптация средней тяжести – семья приспосабливается за два месяца. Тяжелая адаптация – требуется три месяца. Очень тяжелая адаптация – около полугода и более.

Адаптация - активный процесс, приводящий как к позитивным, так и негативным результатам. Адаптация проявляется в совокупном изменении организма и психики. Это приспособление организма и личности к новой обстановке. Для ребенка дошкольное учреждение, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Поэтому темпы адаптации у разных детей будут различны. Залог успешного посещения ребенком садика – контакт родителей и воспитателей, умение и желание взаимно сотрудничать.

Период адаптации ребенка к детскому саду с психологической точки зрения является своеобразным испытанием и для ребенка и для его родителей. Для ребенка изменение привычных условий жизни, отрыв от матери. Необходимость пребывать в группе детей – это стресс, на борьбу с которым он тратит свой потенциал. Самим родителям также необходимо приспособиться к новой обстановке, освоить новые социальные отношения, связанные с переходом ребенка в детское образовательное учреждение.

Семья в период адаптации ребенка к детскому саду переживает один из закономерных семейных кризисов, задачей которого является оказание помощи ребенку в адаптации к новым социальным условиям, для чего им самим требуется изменить свое поведение в отношении ребенка и друг друга, поэтому родителям необходимо начать подготовку к детскому саду заранее:

1. Решение о посещении детского сада принимается семьей примерно за год до момента приема ребенка в детский сад. Именно столько времени необходимо, чтобы родители узнали о детском саде, куда планируют отдать ребенка и у ребенка сформировать важные навыки необходимые для того, чтобы влиться в детский коллектив

2. Создать благоприятную среду, в которой бы ребенок привыкал, свыкался с мыслью, что он скоро пойдет в детский сад.

3. Больше всех в семье тревожится и переживает отрыв ребенка от семьи мама, а ребенок, имея с матерью тесную генетическую связь, тонко чувствует состояние мамы, поэтому маме необходимо настроиться на кратковременное расставание с малышом и представлять себе не «страшные картинки», а самые «радужные» картинки адаптации своего малыша, если она систематически приучает ребенка выполнять элементарные самостоятельные навыки.

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей.

Задача воспитателя успокоить взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

Литература:

1.Заводчикова О. Г. Адаптация ребенка в детском саду : взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи : пособие для воспитателей / О. Г. Заводчикова. — М. : Просвещение, 2007. — 79 с.

2.Кирюхина, Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / Н. В. Кирюхина. — 2-е изд. — М.: Айрис-пресс, 2006. — 112 с. — (Дошкольное воспитание и развитие).

Задачами коррекционной работы с детьми в период адаптации являются:

- создание для ребенка атмосферы безопасности и комфортной обстановки;

- понимание внутреннего мира ребенка и принятие его таким, какой он есть;

- предоставление ребенку большей свободы и самостоятельности.

При проведении занятий воспитатели учитывают специфику работы с маленькими детьми: ребенок раннего возраста не способен самостоятельно заявить о своих проблемах, поэтому они часто проявляются косвенно, через отставание в развитии, капризность, агрессивность и т.д. Это обусловливает необходимость активности со стороны педагога, психолога по выявлению психологических проблем у детей, в т.ч. и в период адаптации. [31, c.123]

В адаптационный период, который может продолжаться от недели до трех, пребывание ребенка в детском саду должно быть укорочено, а рядом должна быть мама. Во время игры ребенок ненадолго отходит от мамы, но затем возвращается к ней за «эмоциональной подпиткой». Мама при этом следит за безопасностью малыша, своевременно окликается на его призывы. Постепенно время отхода от мамы у малыша увеличивается, малыш начинает проявлять самостоятельность в игре. Мама, предупреждает малыша, что она ненадолго отойдет и придет за ним после прогулки. Важно по возвращении мамы обратить внимание малыша на то, что мама его не обманула и действительно вернулась к нему. Постепенно время отсутствия мамы увеличивается и ребенок остается в группе на то же время, но без мамы. Исходя из индивидуальных особенностей поведения ребенка, время нахождения ребенка в группе увеличивается постепенно. Ребенок может сам выразить желание спать и обедать вместе с детьми. [34, c.172]

Отсутствие у детей раннего возраста рефлексии, с одной стороны, облегчает, а с другой - усложняет диагностическую работу и постановку общей проблемы ребенка. Коррекционная работа, связанная с переживаниями ребенка, осуществляется по принципу "здесь и теперь" с акцентом на немедленном закреплении тех позитивных процессов, которые проявляются в ходе коррекционного процесса. [42, c. 23]

По окончании второго этапа работы проводится заключительная диагностика степени адаптации детей раннего возраста, а также сравнительный анализ показателей первичной и заключительной диагностики.

По окончании периода адаптации в дошкольном учреждении собирается медикопсихолого - педагогический консилиум с расширенным составом. Туда входят заведующий, заместитель заведующего, педагог-психолог, старшая медсестра, воспитатели групп раннего возраста и воспитатели других группа (по приглашению). На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты, анализируются итоги, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа. [39, c. 128]

Воспитатель детского дошкольного учреждения формирует у ребенка интерес к окружающему, развивает манипулятивную, предметную и игровую деятельность. Лишь взрослый может зародить у ребенка интерес к наблюдениям в природе, к рассматриванию предметов окружающего мира и декоративно-прикладного искусства, к обследованию реальных предметов с целью их последующего изображения или обыгрывания.

В процессе адаптации детей раннего возраста с неярко выраженными отклонениями в развитии необходимо учитывать все эти принципы. При этом следует иметь в виду, что чем глубже недоразвитие познавательной деятельности ребенка, тем дольше и интенсивнее проводится коррекционно-педагогическая работа с ним. [42, c. 152]

Необходима целенаправленная организация жизни ребенка раннего возраста при поступлении его в дошкольное учреждение, 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.

Педагоги, работающие с детьми раннего возраста, разработали правила для себя и для родителей, имеющих детей раннего возраста.

На основании вышеизложенного определились следующие цели, которые в своей работе должны реализовать работники дошкольных учреждений во время адаптационного периода у детей:

* создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе,
* формирование у детей чувства уверенности в окружающем,
* педагогическое просвещение родителей по вопросам адаптации детей.

В обучении малыша раннего возраста используются приемы, формирующие отдельные этапы его деятельности, скорее даже действий, поскольку в раннем возрасте деятельность ребенка сводится к совокупности отдельных действий.

**2.1. Рекомендации родителям по вопросам подготовки ребенка к посещению детсада:**

* Ни в коем случае не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
* Не показывайте ему, что вы волнуетесь, боитесь или в чем-то не уверены. Дети в этом возрасте крайне чувствительны к малейшим нюансам нашего настроения легко «считывают» эмоции близких, особенно матери, как бы она не старалась скрыть свое состояние за улыбкой или словами.
* Узнайте заранее все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка заранее, пока он находится дома.
* Как можно раньше познакомьте малыша с детьми в детском саду и воспитателями в группе, куда он в скором времени придет. Очень хорошо, если в группе окажутся дети, с которыми ваш ребенок уже играл раньше, например во дворе.
* Настраивайте ребенка как можно положительнее к его поступлению в детсад.
* Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому, что он уже большой.
* Говорите ему о том, как это здорово, что он уже такой взрослый.
* И самое главное – все время объясняйте ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим.
* Раскройте малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
* Ни в коем случае не угрожайте ребенку садом, как наказанием за то, что он плохо себя ведет!
* Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в первую неделю посещения детсада ребенок не оставался там более, чем 2-3 часа.
* В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему!
* Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в кино, цирк, в гости, сократить время просмотра телевизора.
* Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, какой был в детском саду.

Стоит за несколько дней до поступления в садик познакомить с ним ребенка: показать игровую комнату, игрушки, продемонстрировать, как удобно мыть руки, сидеть за детским столиком и т.д. Это «первое свидание» непременно должно быть окрашено теплым, участливым вниманием к новичку, уверенностью в его положительных качествах, умениях и знаниях и в том, что он со всеми новыми заботами непременно справится, и будет чувствовать себя в садике как дома.

В некоторых детских садах разрешают маме поначалу присутствовать вместе с ребенком. Иногда малышу разрешают приходить в детский сад со своей любимой игрушкой. Приспособление к детскому саду может осложниться из-за таких (по мнению взрослых!) мелочей, как отсутствие любимой игрушки, с которой привык играть и засыпать ребенок, отсутствие «своего» места за столом и т.д. [43, c. 221]

Родителям необходимо проявлять живой интерес к успехам малыша, новым друзьям, заданиям, которые он выполняет, и трудностям, которые у него возникают, поощрять малыша в его успехах и помогать в адаптации. [45, c.66]

Однако не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило, когда мама забирает малыша из детского сада – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет. Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому маме не следует, придя с ребенком, домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Надо позволить малышу посидеть на коленях у взрослого, расслабиться от прикосновений. Он может нуждаться в спокойной прогулке с взрослым, расслабляющей музыке. [44, c. 128]

Наиболее распространенный источник напряжения в период адаптации – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг.

Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке и т.д. Другой источник напряжения – повышенные требования к произвольной регуляции поведения, сдерживанию себя. В этом плане бывает полезным для разрядки предоставлять ребенку возможность «побеситься» дома. [44, c.129]

Рекомендуется больше играть с малышом в подвижные эмоциональные игры. Если не разрядить напряжение, которое возникает у ребенка, чувствующего себя в саду скованно, напряженно, то оно может стать причиной невротических расстройств.

Наблюдая за малышом, взрослый почувствует, какие именно занятия после детского сада помогают ему расслабиться, сбросить напряжение: игры с братом, прогулка с мамой, общение с домашними животными или активные игры во дворе. Обычно период адаптации заканчивается к концу первого месяца. [41, c. 15]

Анализ работы в детских дошкольных учреждениях за последние годы показывает, что процесс привыкания детей проходит очень успешно. Степень адаптации в основном легкая и средняя. [39, c.122]

Положительным является и то, что дети раннего возраста, а особенно второго года жизни, привыкают к детскому саду безболезненно. Эти данные позволяют судить о правильно построенной работе педагогического коллектива по организации и проведению адаптации детей к условиям детского сада.[11]

**Заключение**

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависит течение адаптационного периода, который может продолжаться иногда в течение полугода, а также, дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению его эмоционального состояния.

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей.

Задача воспитателя успокоить взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

Период адаптации ребенка к детскому саду с психологической точки зрения является своеобразным испытанием и для ребенка и для его родителей. Для ребенка изменение привычных условий жизни, отрыв от матери. Необходимость пребывать в группе детей – это стресс, на борьбу с которым он тратит свой потенциал. Самим родителям также необходимо приспособиться к новой обстановке, освоить новые социальные отношения, связанные с переходом ребенка в детское образовательное учреждение.

Семья в период адаптации ребенка к детскому саду переживает один из закономерных семейных кризисов, задачей которого является оказание помощи ребенку в адаптации к новым социальным условиям, для чего им самим требуется изменить свое поведение в отношении ребенка и друг друга, поэтому родителям необходимо начать подготовку к детскому саду заранее

1. Решение о посещении детского сада принимается семьей примерно за год до момента приема ребенка в детский сад. Именно столько времени необходимо, чтобы родители узнали о детском саде, куда планируют отдать ребенка и у ребенка сформировать важные навыки необходимые для того, чтобы влиться в детский коллектив.

2. Создать благоприятную среду, в которой бы ребенок привыкал, свыкался с мыслью, что он скоро пойдет в детский сад. Для этого надо:

Систематически рассказывать, беседовать о детском садике.

Подчеркивать всякий раз, что он стал большим и помогать ребенку стать большим (большие дети ходят в детский сад, где много детей и игрушек).

Беседовать с ребенком – чем отличается большой ребенок от маленького: большой ребенок должен держать ложку, самостоятельно или с минимальной помощью взрослого кушать, пить из чашки, проситься и садится на горшок, узнавать и приносить одежду, выполнять самые простые действия с предметами и игрушками, произносить или показывать то, что ему необходимо.

Учить дома ребенка играть одному или в небольшой группе детей.

3. Больше всех в семье тревожится и переживает отрыв ребенка от семьи мама, а ребенок, имея с матерью тесную генетическую связь, тонко чувствует состояние мамы, поэтому маме необходимо настроиться на кратковременное расставание с малышом и представлять себе не «страшные картинки», а самые «радужные» картинки адаптации своего малыша, если она систематически приучает ребенка выполнять элементарные самостоятельные навыки.