

Создание благоприятных условий для адаптации детей раннего и младшего дошкольного возраста к ДОО



Проблема адаптации ребенка к условиям детского сада возникла с самого начала существования дошкольных учреждений и продолжает оставаться актуальной и в наше время. Разлука с матерью, разрушение сложившихся стереотипов жизнедеятельности, новая обстановка, незнакомые люди, отсутствие точек соприкосновения с привычной жизнью – все это факторы, вызывающие стресс и часто приводящие к социальной и психологической дезадаптации ребенка.

Поэтому необходима **своевременная помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения (ДОО):**

- создание условий для осуществления благоприятного воспитательно - образовательного пространства семьи и ДОО в системе организации адаптации детей раннего возраста;
- формирование и развитие личностных, психологических, социальных и коммуникативных навыков воспитанников на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности (снятия эмоционального и мышечного напряжения; навыков развития инициативы и творческих способностей; навыков взаимодействия детей друг с другом; игровых навыков; навыков произвольного поведения и т. п.)

Проводимая работа дает **ожидаемые результаты:**

1. Преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации к ДОО.
2. Создание положительного климата в детском коллективе.
3. Снятие эмоционального и мышечного напряжения.
4. Развитие общей и мелкой моторики, координации движений.
5. Активизация речевых процессов.
6. Развитие навыков общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками.
7. Развитие игровых навыков.

1. Особенности адаптационного периода

В возрасте 2-3 лет ребенок имеет ряд специфических возрастных особенностей. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно.

Адаптационный период - серьезное испытание для детей раннего и младшего дошкольного возраста.

С поступлением ребенка 2-3-летнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный

контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д. 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. Часто случается, что для многих родителей после того, как они отдали своего ребенка в сад, наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в сад, бесконечные болезни, невысказанные претензии и обиды в адрес воспитателей.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Это активный процесс, приводящий или к позитивным результатам, или к негативным (*стресс*).

Критериями успешной адаптации считаются:

- внутренний комфорт (*эмоциональная удовлетворенность*);
- внешняя адекватность поведения (*способность легко и точно выполнять требования среды*).

В период адаптации у ребёнка происходит перестройка ранее сформированных привычек и уклада жизни. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс, проявления которого у ребенка разнообразны: отказ от еды, сна, общения с окружающими, уход в себя, плач, болезни.

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.

Выделяют **три фазы адаптационного процесса**: острая фаза или период дезадаптации, подострая фаза или собственно адаптация, фаза компенсации или период адаптированности.

1. Острая фаза или период дезадаптации.

Она сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (*длится в среднем один месяц*).

2. Собственно адаптация.

Характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (*длится три - пять месяцев*).

3. Фаза компенсации.

Темп развития убаыстряется, в результате дети преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Дети адаптируются.

Кроме того, различают **три степени тяжести прохождения острой фазы** адаптационного периода:

-*легкая адаптация*: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений;

-*адаптация средней тяжести*: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (*замедление речевой активности*). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился;

-*тяжелая адаптация*: значительная длительность (*от двух до шести месяцев и больше*) и тяжесть всех проявлений.

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 контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении; от разницы в методах воспитания.

Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, болезнь, страх наказания.

2. Задачи воспитания на адаптационный период.

- Создать для детей атмосферу психологического комфорта.

- Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей:

а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий каждому ребенку физический и психический комфорт;

б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;

в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;

г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

- Закладывать основы будущей личности, развивать психические функции:

а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;

б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;

в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу;

г) развивать способность ребёнка удерживать зрительное и слуховое внимание;

д) развивать целенаправленное восприятие;

- е) обогащать сенсорный опыт;
- ж) совершенствовать зрительную активность;

В основе практической работы лежит взаимодействие воспитателя, педагогов-специалистов, родителей и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе, которое создаёт основу для благоприятной адаптации детей раннего возраста.

3. Направления педагогической деятельности для успешного процесса адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения.

До приема детей в группу с родителями общаются специалисты ДОУ: заведующая детским садом, психолог, медики и, конечно, воспитатель групп детей раннего возраста. Специалисты раскрывают особенности работы детского сада, групп детей раннего возраста, знакомят с направлениями педагогической деятельности образовательного учреждения, отвечают на вопросы родителей.

Для организации успешной адаптации детей раннего возраста, воспитатель выбирает разнообразные методы и приемы работы с детьми: развлечения, интересные для детей дидактические игры, подвижные игры, способствующие возникновению положительных эмоций у детей, элементы устного народного творчества. Используют формы организации детей, как в групповой комнате, так и на свежем воздухе.

Также для облегчения адаптации коллектив группы в первые дни рекомендует родителям укороченное пребывание ребенка в детском саду с постепенным увеличением на 1-2 часа в день в зависимости от поведения малыша.

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду проходил более успешно используются разные направления работы с детьми:

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно "одомашнить" группу, т. е. правильно организовать развивающую предметно-пространственную среду. Составляется перспективный план на адаптационный период.

В процессе адаптации ребенка необходимо использовать такие формы и методы работы как: элементы телесной терапии, исполнение колыбельных песен перед сном, релаксационные игры (за основу упражнений по релаксации взяты приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению, песок, вода – также являются элементами релаксационных игр, элементы сказкотерапии, музыкальные занятия и развитие движений, игровые методы взаимодействия с ребенком.

Примерные игры в адаптационный период.

Привет! Пока!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

Ход игры: Педагог подходит к ребенку и машет рукой, здороваясь.

– *Привет! Привет!*

Затем предлагает ребенку ответить на приветствие.

– *Давай здороваться. Помаши ручкой! Привет!*

При прощании игра повторяется – педагог машет рукой.

– *Пока! Пока!*

Затем предлагает малышу попрощаться.

– *Помаши ручкой на прощание. Пока!*

Как меня зовут?

Оборудование: надувной мяч

Ход: Дети с воспитателем и психологом становятся в круг и по очереди передают мяч (*по кругу*). Тот, у кого мяч называет как его зовут (при необходимости психолог или воспитатель помогает ребенку).

Хлопаем в ладоши!

Цель: развитие эмоционального общения ребенка со взрослым, налаживание контакта.

Ход игры: Педагог хлопает в ладоши со словами:

– *Хлопну я в ладоши, буду я хороший, Хлопнем мы в ладоши, будем мы хорошие!*

Затем предлагает малышу похлопать в ладоши вместе с ним: – *Давай похлопаем в ладоши вместе.*

Если малыш не повторяет действия педагога, а только смотрит, можно попробовать взять его ладони в свои и совершить хлопки ими. Но если ребенок сопротивляется, не следует настаивать, возможно, в следующий раз он проявит больше инициативы.

Найди игрушку

Ход: Ведущий прячет игрушку в группе, после чего предлагает остальным найти ее. На первом этапе игрушка прячется на глазах у детей. На втором этапе без детей, но дается словесное описание (например: на подоконнике, которое постепенно усложняется (*в спальне, на кровати у Нади под подушкой и т. д.*)).

Прятки

Ход: Один ребенок прячется в групповой комнате. Взрослый с остальными детьми его ищут. Повторить с несколькими детьми.

Адапционный фартук – это не традиционный универсальный язык, который в корни меняет традиционный взгляд на организационную деятельность дошкольника.

Методический фартук используется по всем 5 направлениям по ФГОС.

Социально-коммуникативное развитие. Познавательное развитие.

Речевое развитие. Художественно-эстетическое развитие. Физическое развитие.

Очень любим веселится

Заниматься и резвиться

Нечего мы не забудем

Очень умными мы будем

Ну а что бы все успеть

Надо фартучек одеть.

Здесь резинка для Аринки

Здесь игрушка для Алешки
Что бы детки малыши, были очень хороши
Есть кармашек не простой в нем лежат салфетки, бывают и конфетки.
Есть и кисти, есть и клей, и бумага для детей
В общем всё что нужно мне
Я имею при себе!

1. Дети двух-трехлетнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому в группе имеются “семейные” альбомы с фотографиями всех детей группы и родителей.

2. **Формирование у ребенка чувства уверенности (познавательной осведомленности).**

Одна из задач адаптационного периода – помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т. д.

Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо: знакомство, сближение детей между собой; знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми; знакомство с группой (*игровая, спальная и др. комнаты*); знакомство с детским садом (*музыкальный зал, медкабинет и др.*); знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

3. **Приобщение ребенка в доступной форме к элементарным общепринятым нормам и правилам, в том числе моральным (формирование социальной осведомленности).**

В этом направлении необходимо способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками: обращать внимание детей на ребенка, проявившего заботу о товарище, выразившего ему сочувствие. Формировать у каждого ребенка уверенность в том, что взрослые любят его, как и всех остальных детей. Воспитывать отрицательное отношение к грубости, жадности; развивать умение играть не ссорясь, помогать друг другу и вместе радоваться успехам, красивым игрушкам и т. п.

4. **Охрана и укрепление здоровья детей.**

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, оздоровление малышей, культивирование здорового образа жизни, воспитание культурно-гигиенических навыков – именно эти задачи являются приоритетными в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования.

Дети, находящиеся в адаптационном режиме постепенно знакомятся с мероприятиями здоровьесберегающих технологий и по мере привыкания активно участвуют во всех режимных моментах.

4. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МОНИТОРИНГ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.

С целью оценки эффективности работы по Программе и успешности прохождения адаптационного периода проводится мониторинг развития детей, получение информации об индивидуальных особенностях каждого ребенка и динамике его продвижения в развитии.

Важнейшим способом психолого-педагогического мониторинга является систематическое наблюдение за изменениями в разных сферах развития детей, получение информации об индивидуальных особенностях каждого ребенка и динамике его продвижения в развитии.

Методы фиксации наблюдений

Карточки наблюдения, тетради-дневники, тематические карты-схемы наблюдения и пр.

С целью получения общей характеристики группы и индивидуальных особенностей каждого ребенка внутри группы можно составить индивидуально-групповую карту развития.

В адаптационный период диагностика проходит по трем направлениям:

- характеристика родителями состояния своих детей в семье (*анкета*)
- заполнение индивидуального листа адаптации (*карты наблюдения*) ребенка (фиксируется поведение, засыпание, отношение к высаживанию на горшок, навыки опрятности и другие характеристики ребёнка).

По окончании периода адаптации в дошкольном учреждении собирается медико-психолого-педагогический консилиум с расширенным составом. Туда входят методист, педагог-психолог, старшая медсестра, воспитатели групп раннего и младшего дошкольного возраста, воспитатели других групп (*по приглашению*). На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты, анализируются итоги, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа.

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Список используемой литературы:

1. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи / . – М. : Просвещение, 2021 г. – 79 с.
2. Васильева, В. Эмоциональные проблемы у детей в период адаптации к дошкольному учреждению. // Дошкольное воспитание - 2022.- № 10.
3. Галанова, игры с малышами до 3-х лет / -
4. Ярославль, Издательство «Академия развития», 2016 год. – 240 с. Давыдова, сад: Самоучитель для родителей (путеводитель по детскому саду) / , . – СПб. : Детство – Пресс, 2021. – 64 с.
5. Доронова, Т. Адаптация ребенка к ДОУ: новые подходы. // Обруч. -2020.-№5.
6. Калинина, Р. Р. В гостях у Золушки / . – Псков: ПОИУУ, 2017 г. – 133 с.
7. Костина, В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста. // Дошкольное воспитание №1
8. Мочалова, детей к ДОУ. // Ребенок в детском