

Особенности адаптации к детскому саду детей раннего дошкольного возраста

Адаптация – сложный период вхождения ребенка в новые социальные условия, сопровождающийся значительными изменениями в эмоциональных стереотипах взаимодействия с близкими людьми. В дошкольной педагогике адаптация рассматривается, прежде всего, как медико-педагогическая проблема (Н.М. Аксарина, Г.В. Гриднева, А.И. Мышкис), решение которой требует создания условий, удовлетворения потребностей детей в общении, тесного взаимодействия между семьей и детским садом, правильной организации воспитательного процесса.

Поэтому родители обязательно должны подготовить и себя и малыша к первому дню посещения детского сада. Необходимо заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прогулки, прием пищи), максимально приближенный к режиму ДОУ. Родители должны рассказывать ребенку о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему они хотят его туда повести (там хорошо, интересно, там много других детей, игрушек с которыми можно играть и т.д.). Так же дома можно поиграть в игру «Детский сад», обыграть ситуации, которые могут возникнуть в детском саду.

Поведение ребенка под влиянием сложившихся привычек также приобретает индивидуальный характер. Если он не умеет есть самостоятельно, то в детском саду отказывается от еды, ждет, чтобы его накормили. Так же, если не знает, как мыть руки в новой обстановке – сразу плачет; если не знает, где взять игрушку – тоже плачет; не привык спать без укачивания – плачет и т.д. поэтому очень важно знать привычки ребенка, считаться с ними.

Это все необходимо, во-первых, для того, чтобы максимально создать условия, похожие на домашние, во-вторых, таким образом, воспитатель располагает родителей к себе, строит доверительные отношения.

Очень важно на этой ступени воспитателю создать образ уверенного в себе, квалифицированного педагога, который позаботится о ребенке. Необходимо так настроить родителя, чтобы он не тревожился, не беспокоился о ребенке, ведь все переживания родителя отражаются на ребенке, так как эмоциональная привязанность к матери формируется с момента рождения и пронизывает все раннее детство малыша. В этом возрасте ребенок — это «маленький гений», он способен чувствовать настроение и тревоги мамы, даже если она находится от него далеко.

Во взаимодействии с родителями, появляется такой факт, как человеческий фактор, одни родители эмоционально привязаны к одному воспитателю, другие – к другому. Кому-то импонирует один воспитатель, а с другим общается натянуто. Родитель, как и ребенок, тоже должен привыкнуть к новым для него людям. Поэтому важно в период адаптации присутствие двух воспитателей в первые две недели. Отношения между родителями и воспитателями должны быть доверительными.

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, он начинает проявлять самостоятельность в игре. Мама, предупреждает малыша, что она ненадолго отойдет и придет за ним после прогулки. Важно по

возвращении её обратить внимание ребёнка на то, что она его не обманула и действительно вернулась к нему. Постепенно время отсутствия мамы увеличивается, и ребенок остается в группе на то же время, но уже без неё. Исходя из индивидуальных особенностей поведения ребенка, время его нахождения в группе увеличивается постепенно.

Психологи и медики выделяют три степени прохождения адаптационного периода:

Легкая адаптация – к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, идет на контакт со сверстниками и взрослыми. Заболеваемость не более одного раза, без осложнений. Вес без изменений.

Адаптация средней тяжести – поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.

Тяжелая адаптация – характеризуется, во-первых, значительной длительностью (от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений (ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма).

Общеизвестно, что основным видом детской деятельности является игра. В период адаптации игра становится главным расслабляющим средством для дошкольников. Её основная задача в этот период – налаживание доверительных отношений с каждым ребенком, попытка вызвать у детей положительное отношение к детскому саду, помочь запомнить имена других детей и воспитателей. Существуют специальные игры, направленные на знакомство, запоминание имён. Например, игра «Паровозик», дети – это вагончики, и у каждого свое имя. «Первый вагончик – Ваня, к нему прицепился второй – Женя, за ним третий вагончик – Ксюша. А паровозиком у нас сейчас будет – Кира». Постоянные повторения помогают детям быстро запомнить, как кого зовут, а игры способствуют возникновению первых контактов, физических и игровых, также игра помогает создать радость, которая является залогом успешного развития детей на ступени раннего возраста и имеет большое значение для дальнейшего воспитания.

Для практики можно использовать игры из книги А.С. Ронжиной «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению». Здесь подобраны игры и упражнения, которые помогут ребенку успешно адаптироваться к условиям ДОУ, способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов, оптимизации детско-родительских отношений.

Н.Д. Ватутина выделяет три группы детей, по-разному адаптирующихся к детскому саду в зависимости от различий в поведении и потребности в общении:

– **Первая группа** – это дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем.

– **Вторая группа** – это дети, у которых уже сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, в совместных с ними действиях и получении от них сведений об окружающем.

– **Третья группа** – дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях и в общении со взрослыми.

При поступлении в дошкольное учреждение плачут в основном дети, которых можно условно отнести к первой группе (потребность в общении только с близкими людьми). Они глубоко переживают расставание с близкими, так как опыта общения с посторонними не имеют, не готовы вступать с ними в контакт.

Автор отмечает, что, чем уже круг общения в семье, тем длительнее происходит адаптация ребенка в детском саду. Беспокойство, плаксивость сохраняются в

поведении их довольно долго. Сформированный в замкнутых условиях семьи навык общения приводит к тому, что ребенок затрудняется переносить имеющийся у него опыт совместных действий со взрослыми в новые условия, и это усугубляет его растерянность.

Дети, условно отнесенные ко второй группе, до поступления в детский сад приобрели опыт общения со взрослыми, не являющимися членами семьи. Это опыт общения с дальними родственниками, с соседями. Находясь в группе, они постоянно наблюдают за воспитателем, подражают его действиям, задают вопросы. Он вполне заменяет им близких членов семьи, от него они узнают, как действовать в том или ином случае, с тем или иным предметом.

У детей третьей группы четко выявляется потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослыми.

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.

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.

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.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Это зависит, прежде всего, от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Поэтому организация адаптационного периода начинается задолго до первого сентября с повышения профессионального уровня воспитателей, их психологического просвещения с помощью традиционных и новых методов обучения (педагогические советы, семинары, тренинги, консультации), развития у них таких качеств, как умение сопереживать, коммуникативные навыки, доброжелательность, организаторские и артистические способности, эмоциональная стабильность и т.д.

Другой немаловажный момент – необходимость организации «Праздника знакомства». Воспитатели встречают детей и их родителей, знакомят их с группой, проводят игры, направленные на знакомство детей и родителей между собой.

Формирование чувства уверенности в окружающем – одна из основных задач адаптационного периода. Для этого необходимо следующее:

- знакомство детей, их сближение друг с другом;
- знакомство с воспитателями, установление отношений между воспитателями и детьми, основанных на доверии;
- знакомство с группой и детским садом, «освоение» их;
- знакомство с персоналом детского сада;
- знакомство и дружба с детьми подготовительной к школе группы.

Все это, т.е. знакомство с окружающим, организуется в форме развивающих игр, проведение которых требует от взрослого знания и выполнения определенных условий, таких как:

- добровольность участия в игре (необходимо добиваться того, чтобы ребенок сам захотел принять участия в предложенной игре);
- непосредственное участие в игре взрослого, который своими действиями, эмоциональным общением с детьми вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них;
- многократное повторение игр (дети по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое);
- специальный наглядный материал (определенные игрушки, различные предметы и т.д.) должен использоваться только в данных развивающих играх (нельзя превращать его в обычный, всегда доступный, так он дольше останется для детей необычным);
- запрет на оценку действий ребенка типа «Неверно, не так» или «Молодец, правильно»;
- предоставление ребенку возможности проявить, выразить себя, свой взгляд на мир.

Знакомство и дружба с детьми подготовительной к школе группы.

Как подтверждают исследования Н.Н. Подъякова, Н.Я. Михайленко, обучение игре, ее развитие происходит, как правило, не через взрослого, а через старших дошкольников. Старшие дети не только помогут воспитателю одеть малышей на прогулку, но и научат их разным играм, позаботятся о них на прогулке.

Таким образом, для того чтобы ребенок мог по возможности быстро и безболезненно адаптироваться к новым условиям, в семье необходимо готовить его к этому важному периоду в жизни. К сожалению, родители поздно вспоминают об этом, и подготовка ребенка к детскому саду в семье порой ограничивается словесными увещаниями или рассказами о новой социальной среде. Родители не всегда осознают, что, приходя в

детский сад, ребенок, попадая в новые условия, попадает на новую, более высокую ступень развития.

Задача воспитателей и родителей – облегчить для ребенка адаптационный период, способствовать наиболее полному развитию его психики, которая изначально построена на определенных закономерностях взаимодействия его со взрослыми. Воспитатели и родители должны обеспечить благоприятные условия для развития ребенка и сделать все возможное, чтобы ребенку захотелось идти в детский сад.

Невозможно предложить единый для всех метод адаптации - каждый ребёнок нуждается в особом подходе. Единственным общим моментом является завоевание доверия и расположение малыша. Без такого доверия к новому взрослому нормальное эмоциональное самочувствие ребёнка невозможно.

Важным фактором, влияющим на характер поведения ребенка в процессе привыкания, является личность самого воспитателя, который должен любить детей, быть внимательным и отзывчивым по отношению к каждому ребенку, уметь привлечь его внимание. Воспитатель должен уметь наблюдать и анализировать уровень развития детей и учитывать его при организации педагогических воздействий, должен уметь управлять поведением детей в сложный для них период привыкания к условиям детского учреждения.

Список литературы:

1. Кошелева А.Д., Ильина И.Ю. Аффективное поведение и его проявление в младшем дошкольном возрасте/ Проблемы изучения и развития личности дошкольника. Пермь, 1995.
2. Калинина Р., Семенова Л., Яковлева Г. Ребенок пошел в детский сад...// Дошкольное воспитание, 1998, №4.
3. Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад. М.: Просвещение, 1983.