

## Консультация

### Адаптация детей раннего возраста к детскому саду

Адаптационный период – серьезное испытание для детей раннего возраста: вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Необходимо систематически освещать новые подходы к раскрытию таких тем, как ведущая роль взрослого в развитии ребенка, этапы развития общения взрослого с ребенком, практическое применение этих знаний в условиях адаптации, диагностическая методика адаптационного профиля

Анализ современных материалов по проблеме выявил настоятельную необходимость скорректировать организацию адаптационного периода с учетом иерархии потребностной структуры ребенка в условиях социализации. Следует сразу же пояснить, что иерархическая лестница применительно к данной проблеме предполагает последовательное расположение задач не в смысле их соподчинения, а в порядке очередности их решения при жестком условии: безуспешного решения задач предыдущей ступени невозможно эффективное движение вверх.

К сожалению, проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах («Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях» / Под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, А. Атанасовой-Буковой, — М., 1980), было выделено **три фазы адаптационного процесса**:

- 1) острая фаза, которая 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) подострая фаза 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 3—5 месяцев);
- 3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Врачи и психологи различают **три степени тяжести** прохождения острой фазы адаптационного периода: **легкую, среднюю и тяжелую**. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации эмоционального самоощущения малыша, его отношения к взрослым и сверстникам, предметному миру, частота и длительность острых заболеваний.

Период легкой адаптации длится 1 - 2 недели. У ребёнка постепенно нормализуются сон и аппетит, восстанавливаются эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения с взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребёнок достаточно активен, но не возбуждён. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2 - 3-й недели они восстанавливаются.

Острых заболеваний не возникает. Во время адаптации средней тяжести нарушения в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче, привыкание к яслям или детскому саду длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 15 - 40 дней, настроение неустойчиво в течение месяца, значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, молчалив. Это продолжается до полутора месяцев. Отчётливо выражены изменения в

деятельности вегетативной нервной системы: могут возникнуть функциональные нарушения стула, бледность, потливость, появятся тени под глазами, усилятся проявления экссудативного диатеза. Состояние тяжёлой адаптации особенно беспокоит родителей и воспитателей. Ребёнок может длительно и тяжело болеть: то есть одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль - не предохраняют малыша от инфекций. Частые болезни сочетаются с неадекватным поведением ребёнка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребёнка. Он плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами; его сон чуткий и короткий. Во время бодрствования малыш подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведет себя агрессивно.

Улучшение его состояния происходит очень медленно, в течение нескольких месяцев. Темпы развития ребёнка в этот период замедляются по всем направлениям.

### **Система организации процесса адаптации детей раннего возраста в ДООУ.**

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.
2. Работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад.
3. Правильная организация игровой деятельности в адаптационный период, направленной на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок – ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения.

### **Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.**

#### ***Задачи воспитания:***

1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей, облегчения периода адаптации к условиям дошкольного учреждения.
  2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей:
    - а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий 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.
  3. Закладывать основы будущей личности:
    - 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;
- 18
- в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу;
  - г) поддерживать у детей интерес к окружающей действительности;
  - д) пробуждать у детей эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности (природа, окружающие предметы, картины, иллюстрации, музыка).

### **Модель организации адаптационного периода.**

1. Индивидуальный подход к ребенку:
  - а) использование игрушек-забав, игрушек-сюрпризов;
  - б) учет домашних привычек;
  - в) использование колыбельных при укладывании детей спать.
2. Игры с воспитателем.

3. Игры-занятия, игры-упражнения, игры-инсценировки.
4. Побуждение ребенка к общению со сверстниками:
  - а) игры ребенка рядом со сверстниками;
  - б) приучение к объединению в игре с другим ребенком;
  - в) ситуации, общение;
  - г) использование фольклора;
  - д) элементы театрализованной деятельности;
5. Учет и использование в период адаптации привычек и стереотипов поведения ребенка.
6. Контроль за физическим состоянием ребенка.
7. Элементы закаливающих мероприятий.

В первые дни пребывания малыша в дошкольном учреждении 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. Практически любой малыш в первое время испытывает дискомфорт от размеров групповой комнаты и спальни - они слишком большие, не такие, как дома. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно "одомашнить" группу. Зрительно уменьшат помещение, сделают его более уютным красивые занавески на окнах, бордюр по верхнему краю стены.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие "комнатки", в которых дети чувствуют себя комфортно. Хорошо, если в группе имеется небольшой "домик", где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть. Сделать такой "домик" можно, например, из детской кровати, обтянув красивой тканью и вынув из нее нижнюю доску.

Желательно рядом с "домиком" разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

Необходим в группе и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность двух-трех-летних детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Малыши еще не владеют речью настолько, чтобы выразить четко свои чувства и эмоции. А некоторые, особенно первое время, просто боятся или стесняются это делать. Не выраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и, в конце концов, прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, - никаких внешних причин для этого нет.

Психологи и физиологи установили, что изобразительность для ребенка не только и не столько художественно-эстетическое действие, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решать эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, на прикрепленном к стене листе бумаги.

Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:

- глубокий сон;
- хороший аппетит;
- бодрое эмоциональное состояние;
- полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- соответствующая возрасту прибавка в весе.

**Игры в период адаптации ребенка к детскому саду** Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

*Подготовила: Емельянова Наталья Евгеньевна*