

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Пышминского городского округа «Первомайский детский сад»



Выполнила: воспитатель
Майкова Светлана Сергеевна

п. Первомайский 2021г.

«Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения»

Поступление ребенка в детский сад - важный этап в его жизни, сопровождающийся изменением привычной обстановки, режима дня, разлукой с близкими людьми. Все это обрушивается на малыша одновременно, создавая стрессовую ситуацию.

Адаптация - это процесс, требующий особого внимания со стороны педагогов дошкольного учреждения и родителей. Детский организм не сразу привыкает к новым социальным условиям.

Зачастую этот процесс сопровождается изменением поведенческих реакций, расстройством сна, аппетита. Поскольку адаптивные возможности дошкольника не безграничны, резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям и замедлению темпа психофизического развития.

Цель: создать благоприятные психолого - педагогические условия, способствующие успешной адаптации детей к детскому саду.

Задачи:

1. Формировать у малышей положительную ассоциативную связь с дошкольным учреждением;
2. Обеспечить психологическую поддержку и помощь детям с неблагоприятным прогнозом адаптации;
3. Обучить родителей приемам снятия психологического напряжения в период адаптации ребенка в ДООУ.

Принципы: соблюдаемые в процессе общения с ребенком:

1. Принятие ребенка - ребенок принимается таким, какой он есть.
2. Эмпатия - (сопереживание) взрослый смотрит глазами ребенка на проблемы, принимает его позицию.
3. Конгруэнтность - предполагает адекватное отношение со стороны взрослого человека к происходящему.

Для обеспечения оптимального течения адаптации важен постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение и индивидуальный подход со стороны специалистов детского сада.

Для создания благоприятных условий, работу веду в несколько **этапов:**

- *Подготовительный*
- *Психолого – педагогического сопровождения*
- *Анализ и выводов*

На каждом из них для родителей, разрабатываются рекомендации по облегчению адаптации детей раннего возраста.

Подготовительный этап начинается до поступления ребенка в ДОО. На этом этапе важно распознать особенности адаптационного периода каждого ребенка и факторы, от которых зависит его течение.

- В рамках деятельности осуществляется предварительное знакомство с дошкольниками и их родителями. Проводятся обязательное анкетирование по следующим темам: "Портрет моего ребенка". "Готовность ребёнка к поступлению в детский сад ". По результатам анкетирования прогнозирую течение адаптации, выявляются дети группы "риска".
- Родители знакомятся с характеристикой возрастных возможностей и показателями развития детей раннего возраста.
- С целью информационного сопровождения родителей разрабатывается: буклет «Рекомендации по облегчению адаптации детей раннего возраста», который включает в себя следующие разделы:
 - Информация о сотрудниках и телефоны
 - Советы педагога – психолога, как грамотно подготовить ребёнка к ДОО
 - Советы родителям о правильном поведении во время адаптации.
 - Психолого-педагогическое сопровождение обеспечивается также с использованием медиа средств: интернет-сайта, диска "Электронный справочник для родителей, будущих воспитанников ".

В феврале, мае проводятся Дни открытых дверей, которые представляют собой экскурсию по детскому саду и презентацию всех помещений.

С мая по – июнь в рамках подготовительного этапа начинает работу **адаптационная группа**, которая создается по результатам предварительного прогноза адаптации детей. Длительность пребывания дошкольников в группе составляет три недели по 1,5 — 2 ч (в первой половине дня).

Деятельность группы осуществляется в соответствии с разработанным планом. Для родителей на этом этапе организуется родительское собрания, анкетирование на темы: "Готовность ребенка к ДОО", "Какой я родитель. Виды родительских позиций", практикум "Адаптационные игры для малышей", цикл бесед: "Игры-игрушки", "Умелые пальчики", консультации по вопросам воспитания и развития дошкольников.

Этап психолого-педагогического сопровождения реализуется с сентября по октябрь после поступления ребенка в дошкольное учреждение. Группа раннего возраста комплектуется постепенно, поэтому у педагога есть возможность предварительно познакомиться с родителями и другими членами семьи, с самим ребенком. В разговоре с родителями узнать как можно больше об особенностях поведения ребёнка и его привычках:

- В каких условиях живёт ребёнок (сколько человек в семье, есть ли другие дети, живут ли с ними бабушка и дедушка и т.д.);

- Какие привычки сложились дома в отношении еды, засыпания, пользования туалетом и т. п.;
- Как называют ребёнка дома;
- Чем больше всего любит заниматься ребёнок;
- Какие особенности в поведении радуют, а какие настораживают родителей.

В общении с родителями желательно придерживаться следующих **правил**:

- В любое время родители и близкие родственники ребёнка могут прийти в группу и находиться там необходимое для них время;
- Выполнять просьбы родителей относительно сна, питания, одежды ребёнка.

Данные правила очень актуальны для нашего времени и, несомненно, подкрепляют доверие родителей к ДОО и воспитателям.

Замечено, что если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

На данном этапе, для родителей разрабатывается соответствующий пакет документов:

- папка-передвижка "Как облегчить адаптацию ребёнка к детскому саду" с практическими рекомендациями для родителей, чьи дети впервые поступают в детский сад.
- информационные листы-памятки с кратким материалом "Как помочь ребёнку быстрее привыкнуть к детскому саду», которые родители могут взять с собой.
- альбом с фотографиями из жизни детского сада "Мы ждем тебя". (В начале альбома родителей и детей "встречает" сказочный герой. Он проводит экскурсию по страницам альбома. Этот сказочный герой знакомит детей с раздевалкой и шкафчиком, ждущим малыша; групповым помещением и игрушками, которые с нетерпением ожидают встречи с ним; знакомите детьми, уже посещающими детский сад, с их интересной и разнообразной жизнью).
- совместные праздники для родителей и детей раннего возраста.

Для создания эмоционально благополучной атмосферы в групповой комнате оборудуются все зоны. Основная цель сделать помещение более уютным, домашним и привлекательным для детей. В интерьере преобладает светло - желтый, оранжевый цвет, так как он стимулирует, жизнерадостное, оптимистическое настроение и доброжелательность в общении. Зелёный цвет комнатных растений, коврового покрытия, некоторых пособий способствуют активной детской деятельности (спортивные пособия, атрибуты для закаливания, для театральные представления) помогают создать уравновешенную, деловую обстановку в группе, также способствует формированию у детей уверенности при выполнении действий с предметами.

- «Полочка для любимых игрушек», где по желанию ребёнка) располагаются вещи, принесённые из дома;

- Продумывается место для возможного уединения ребёнка, если ему захочется отдохнуть от коллектива и побыть одному.
- Мини-игровая зона, куда выставляются яркие красивые игрушки, чтобы ребёнку хотелось остаться, потрогать и рассмотреть их;
- Подбирается фонотека со спокойной музыкой и весёлыми детскими песнями.
- Подбирается картотека художественного слова на все режимные моменты, для того, чтобы создать бодрое, радостное настроение, избежать обыденности обстановки.
- Игры с песком и водой, способны «заземлять» отрицательную энергию, в итоге происходит гармонизация психо-эмоционального состояния ребёнка.
- Элементы арт - терапии, дети рисуют разными способами (пальчиками, ладошками) помогают снять детям тревожность.
- Используются пальчиковые игры.
- Речевые игры (песенки, потешки, прибаутки)

На этапе анализа и выводов (с ноября по декабрь) обеспечивается обработка результатов: анализ адаптационных листов, оценка уровня нервно-психического развития воспитанников. Заполняются индивидуальные маршруты развития детей. С дошкольниками, у которых выявлена тяжелая степень адаптации, проводится индивидуальная работа.

Характеристика процесса адаптации детей в рамках

дошкольного учреждения.

Адаптация - процесс развития приспособительных реакций организма в ответ на новые для него условия.

В период адаптации к условиям детского сада очень часто отмечается регресс во всем развитии ребенка: в его речи, навыках, умениях, игровой деятельности.

Адаптация обычно проходит сложно, с массой негативных сдвигов в детском организме (на всех уровнях и во всех системах), что проявляется в поведении ребенка. В силу не сформированности адаптационных механизмов, работы функциональных систем организма в неблагоприятном режиме у ребенка возникает стрессовая реакция — в зависимости от того, какая система наиболее заинтересована в ней.

Характер протекания процесса адаптации в любом возрасте зависит от биосоциального анамнеза, представляющего совокупность сведений об особенностях индивидуального онтогенеза в перинатальный период и в возрасте до 3-х лет. Особенности анамнеза сказываются на протяжении всей жизни человека.

Факторы, определяющие функциональные возможности детского организма в период его адаптации.

- Состояние здоровья и уровень развития ребенка (функциональная активность систем).
- Биологический риск и социальный анамнез.

К биологическим факторам можно отнести токсикозы и заболевания матери во время беременности, осложнения при родах, заболевания новорожденного в первые три месяца, частота заболеваемости до посещения учреждения (первые три фактора определяют кислородную обеспеченность мозга плода и новорожденного, последующие сказываются на соматическом состоянии ребенка, в результате чего может возникнуть нарушение функциональной активности систем и увеличение степени тяжести адаптации).

Факторы социальной природы — нарушение режима жизнедеятельности ребенка, сна, бодрствования, увеличение нервно-психического напряжения могут привести к хроническому переутомлению и задержке психического развития ребенка. В итоге не формируются навыки и личностные качества ребенка, отмечается нарушение хода образования социальных потребностей, соответствующих нормативному возрастному развитию.

Возрастные особенности появления и закрепления разных форм социального поведения, определяющие последующий характер реакций ребенка на новизну и усложнение ситуации развития.

Социальная зрелость, включающая и возможности социальной адаптации, характеризует процесс перестройки форм поведения ребенка в изменяющихся социальных условиях (адаптационные возможности организма развиваются параллельно развитию детской психики).

Некоторые исследователи сравнивают показатели нервно-психического напряжения в процессе адаптации ребенка с силой стресса космонавта. Выраженность стресса (нервно-психического напряжения) может быть минимальной (*легкая, благоприятная адаптация*) или на уровне срыва (*тяжелая адаптация*). Данные проявления фиксируются на психоэмоциональном уровне.

4 основных механизма дезадаптации.

- Выраженное эмоциональное напряжение в результате повышенной чувствительности к ломке динамических стереотипов.
- Генерализованная реакция всех систем организма ребенка.
- Незрелость механизмов адаптации вследствие неэффективного вегетативного обеспечения.
- Несформированность навыков общения.

Причины стрессовых перегрузок в дошкольном учреждении.

- Длительное нахождение в большом коллективе детей, часть из которых может быть неприятна ребенку.
- Строгие дисциплинарные правила, за невыполнение которых следует наказание.
- Фрустрация базовых потребностей ребенка.
- Одновременное общение с несколькими взрослыми, которые могут быть ему неприятны.

С конца первого года жизни и в период дошкольного детства социальная адаптация ребенка проявляется в его взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

Эмоциональный профиль (портрет) ребенка характеризуется особенностями его поведения и эмоциональных проявлений:

- отрицательные эмоции являются важнейшей составляющей внутренней жизни ребенка. Они проявляются в спектре от еле уловимых аффективных реакций до состояния депрессии. Поведение может быть охарактеризовано как аффективное, с волнообразной сменой активности ребенка (апатия — чрезмерная подвижность);
- страх как эмоциональное состояние сопутствует проявлению отрицательных эмоций, является пусковым механизмом стрессовых реакций ребенка;
- гнев, как правило, проявляется на фоне стресса и может возникать без видимой причины;
- положительные эмоции выступают противовесом негативных реакций, преобладание устойчивого типа позитивных эмоциональных реакций ребенка в процессе адаптационного периода является показателем благоприятной адаптации;
- коммуникабельность ребенка во многом определяет успешный исход адаптации. В первые дни дети чаще всего замкнуты (бесконтактны), затем наступает ситуация компромиссной контактности. Налаживание коммуникаций составляет одно из приоритетных направлений работы специалистов в процессе социальной адаптации ребенка. Содержательное общение, насыщенная деятельность благоприятствуют успешной адаптации ребенка;
- познавательная деятельность ребенка, как правило, угасает на фоне стрессовой реакции в ситуации новой обстановки. Развитие познавательной активности — одно из условий снижения стресса;
- социальные навыки ребенка: под влиянием нервно-психического напряжения угасают навыки самообслуживания, поддержание и культивирование которых помогает преодолеть трудности ребенка в процессе адаптации к новым условиям;
- речевая, двигательная активность ребенка снижается на фоне стрессовой ситуации. Двигательные реакции редко сохраняются в пределах нормы: наблюдается либо заторможенность, либо гиперактивность;
- нарушения сна и аппетита сопровождают адаптационный процесс. Их нормализация свидетельствует о восстановлении основных функциональных систем организма ребенка.

Показатели адаптации ребенка в условиях образовательного учреждения.

Исследователи выделяют три периода привыкания ребенка к новым социальным условиям.

- *острый* (дезадаптации). Более или менее выражено рассогласование между привычными поведенческими стереотипами и требованиями новой микросоциальной среды. В этот период происходят существенные изменения во взаимоотношениях ребенка со взрослыми, сверстниками, в речевой активности, игре, функционировании нервной системы;
- *подострый* (адаптации). С рамках этого этапа ребенок активно осваивает новую среду, вырабатывает соответствующие ей формы поведения. Отмечается постепенное уменьшение изменений в деятельности разных систем, их функционирование стабилизируется. Нормализуется аппетит (в течение 10—15 дней), развиваются игровая деятельность и речевая активность (в пределах 40—60 дней);
- *компенсации* (адаптированное к определенным социальным условиям). В этот период нормализуются и достигают своего исходного уровня, а иногда и превышают его все регистрируемые показатели процесса адаптации ребенка.

Характер и особенности первых двух описанных периодов позволяют классифицировать процесс адаптации по степени тяжести (легкая, средняя, тяжелая). У детей дошкольного возраста тяжесть адаптации проявляется в сроках нормализации

поведения, частоте и длительности острых заболеваний, проявлении невротических реакций, вызванных ситуацией включения в новую социальную среду.

Легкая адаптация (для детей раннего возраста в пределах месяца, дошкольного — 10—15 дней):

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7—10 дней), аппетита (норма по истечении 10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходят в норму за 20—30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2—4 недели, заболеваний не возникает.

Основные симптомы исчезают в течение месяца (2—3 недели нормативно).

Если данный этап растягивается до 30—40 дней, то это *средняя адаптация*, характерная для детей до 1,5 лет, у более старших детей — при условии слабого здоровья, неустойчивости нервной системы, ошибок семейного воспитания. Все нарушения выражены более ярко и длительно: сон и аппетит восстанавливаются в течение 20—40 дней, ориентировочная деятельность (20 дней), речевая активность (30—40 дней), эмоциональное состояние (30 дней), двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30—35 дней. Взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).

Тяжелая адаптация (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип адаптации отмечается у 8—9% детей: характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечаются проявления агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения). Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии.

При тяжелой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых десяти дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

Существует несколько направлений в организации оптимального режима адаптации ребенка к детскому саду. Базовое и наиболее эффективное направление, по нашему мнению, складывается в процессе взаимодействия дошкольного образовательного учреждения и семьи. Именно в тесном сотрудничестве с ней возможно создать необходимые условия для благоприятного развития ребенка.