

Проблема адаптации ребенка к ДОУ

Поступление в ДОУ – это стресс для ребёнка

- Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния малыша. Разлука и встреча с родными протекают подчас очень бурно: ребенок не отпускает от себя родителей, долго плачет после их ухода, а приход вновь встречает слезами.

- Меняется активность малыша и по отношению к предметному миру: игрушки оставляют его безучастным, интерес к окружающему снижается.

- Падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом.

- Эмоциональное неблагополучие сказывается и на сне, аппетите; в часы отдыха ребенок продолжает плакать, отказывается от еды.

Известно, что наиболее сложно адаптация проходит у детей второго года жизни. Все негативные проявления выражены в этом возрасте более ярко, чем у малышей, пришедших в ясли после двух лет, а период восстановления растягивается иногда на два-три месяца. На второй год жизни приходится наибольшее количество заболеваний.

Период второго года жизни характеризуется тем, что происходит переход от эмоциональной формы общения ребенка с взрослыми к новой ведущей деятельности с предметами, требующей другой формы общения – сотрудничества с взрослым, форма делового, практического общения. И если эмоциональный контакт сильно затянулся, если родители не приучили ребенка общаться с другими людьми, то острее и болезненнее происходит этот переход.

Следовательно, воспитателям необходимо при работе с родителями рекомендовать им на прогулках уделять внимание общению ребенка с другими незнакомыми людьми, где средством налаживания контакта выступает игрушка, действие с предметом. Воспитателям в группах раннего возраста рекомендуется больше решать предметные задачи: открыть коробочку с секретом, придумать способ, чтобы достать далеко лежащую вещь, т.е. научить играть с предметами, выполнять предметные действия.

С ребенком второго и третьего года жизни можно разыгрывать игры с машинками, кубиками, конструкторами. Каждое прочитанное малышу стихотворение можно превратить в игру – драматизацию. Важно не забывать поощрять любые успехи малыша, постепенно снижая свою



активность, предоставляя ребенку большую свободу действий. Со временем воспитатель должен поменяться с ним местами, чтобы он стал инициатором нового типа общения. Регулярные 10-15 минутные, предметные игры быстро сформируют у ребенка потребность в них. Играя вместе с ребенком, нужно приучать его к дисциплине, аккуратности. Он должен знать, что с игрушками следует обращаться бережно, а после окончания игры убирать их на место.

В младших же группах уже проявляется особый интерес детей друг к другу, желание играть со сверстниками. Задача педагога – создать условия, которые вызвали бы у детей желание быть в группе ровесников, желание общаться с ними. Этому помогут сюжетно – ролевые игры, подвижные игры и т.д.

В группе все должно быть подготовлено к приему новых детей

- Не надо принимать в группу сразу много новых детей.
- Прием следует организовывать в разные дни недели.
- Воспитатель заранее выясняет особенности развития малыша, его домашний режим, способы кормления, укладывания спать, узнает, как ребенок засыпает, спит, какой у него аппетит.

• Полезно также узнать, как малыша называют в семье, какие у него любимые игрушки и занятия, т. е. индивидуальные особенности и сложившиеся привычки. В период адаптации обязательно сохраняются привычные для ребенка способы кормления, укладывания спать. Ни в коем случае нельзя насильно заставлять ребенка делать что-то по-другому, чтобы не вызвать и не закрепить на долгое время отрицательное отношение к требованиям учреждения, предупредить формирование защитно-оборонительной реакции.

• Временное сохранение привычных для ребенка приемов воспитания, даже в том случае, если они противоречат педагогическим правилам, облегчат процесс привыкания к новым условиям. В течение адаптации педагог тщательно наблюдает за поведением ребенка.

• Иногда при ярко выраженных нарушениях эмоционального состояния целесообразно разрешить на 2-3 дня не приводить его в детский сад.

Во время адаптации:

- нельзя «изымать» ребенка из той группы, в которой он адаптируется;
- нельзя отбирать игрушки ребенка, принесенные им из дома;
- часто дети настаивают на том, чтобы лечь спать в одежде, пусть воспитатель разрешит это и не запрещает;
- нельзя насильно укладывать ребенка спать, настаивать на сонном часе.



Выделяют три степени адаптации:

Легкая – отмечается незначительное снижение аппетита, сон налаживается в течение 7-10 дней. Поведение нормализуется в раннем возрасте в течение месяца, в дошкольном возрасте – 10-15 дней. Заболевания не возникают.

Средняя – сдвиги в поведении нормализуются в течение 20-40 дней. Возможны однократные заболевания в течение 10-15 дней, которые протекают без осложнений.

Тяжелая – частые повторные заболевания через 3-4 дня, обычно ОРЗ с осложнениями (отиты, бронхиты), ребенок теряет в весе, плохо ест, или вообще не ест, затормаживается появление достижений в нервно-психическом развитии, возможно предневротическое состояние. Поведение не нормализуется несколько месяцев, иногда в течение полугода.

В период адаптации происходит мощная активизация защитных механизмов ребенка:

1. Двигательное возбуждение и напряженность – проявляется в том, что ребенок становится гиперактивным либо дома, либо в детском саду. Может быть беспокойство, суетливость, которое сопровождается страхом сделать что-то не так, не к месту, не ко времени.

2. Агрессия, направленная на мир детей и на мир вещей (кусаются, дерутся, ломают игрушки).

3. Безразличие, апатия, элементы аутичного поведения. Ребенок не проявляет инициативы к общению с другими детьми, с взрослыми, сидит один, достаточно послушен, покладист.

4. Психическая регрессия (речевые трудности, ребенок не говорит, хотя дома говорит хорошо и активно). Может наблюдаться регресс КГН: ребенок отказывается пользоваться горшком, столовыми приборами.

5. Активность воображения – наблюдается во снах, дети плохо спят, демонстрируют тревожность во снах, часто просыпаются от кошмарных снов.

6. Стереотипии, т.е. повторяющиеся действия: моторные, речевые.



Адаптация детей к детскому саду

Адаптация ребенка к новым социальным условиям протекает подчас очень болезненно. Когда он впервые приходит в детский сад, происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, ломка привычных форм жизни. Это резкая смена условий существования может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка.

Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно всё: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Обращение персонала с детьми также резко отличается от того, к которому они привыкли дома. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции.

Не всегда родителям удается облегчить процесс привыкания детей.

Чтобы ребенок мог сравнительно безболезненно переступить порог детского сада, легче и быстрее привыкнуть к новым требованиям, педагог должен своевременно организовать подготовку к приему новичка.

Одно из главных условий успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей. В целях предупреждения отрицательных эмоций не следует резко изменять привычный уклад жизни детей. Особенно тяжело переносят дети разлуку с родителями, если их приводят к 8 часам утра и оставляют до вечера. Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку, где условия напоминают условия домашнего двора: здесь ребенку легче сориентироваться, проще познакомиться с воспитателями и другими детьми.

Если ребенок жмется к матери, не надо настаивать чтобы он сразу подошел к незнакомому человеку: пусть немного освоится. Лучше найти возможность побеседовать втроём, с участием мамы.

Случается, что ребенок хотя и не плачет и явно никак не выражает негативных эмоций, но выглядит подавленным, не играет со сверстниками. Состояние такого ребенка должно тревожить не меньше, чем состояние плачущих детей.

Родители на первых порах должны сократить пребывание ребенка в группе до минимума, а домашние условия приблизить к детскому саду: организовать похожий режим, упражнять ребенка в самостоятельности, - чтобы он мог сам есть, обслуживать себя.

Родителям можно предложить пройти в группу вместе с ребенком: присутствие в группе близкого человека, хотя бы и временное, дает ребенку возможность спокойно сориентироваться в новых условиях. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом (играет с детьми или просто рассматривает игрушки), помогает освоиться в новой обстановке, установить отношения с воспитателями, со сверстниками.

Обычно родители сосредотачивают свое внимание на своевременном приходе ребенка в детский сад, забывая, что при этом дети становятся свидетелями слез и отрицательных эмоций других детей при расставании со своими родителями. Новичков надо приводить попозже и не только на утреннюю прогулку, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить внимание ребенка на то, как родители приходят



за детьми, как они радостно встречаются. Это поможет детям по утрам спокойней переносить расставание, привыкнуть к тому, что короткая ежедневная разлука не означает разрыва, отторжения от дома.

К привыканию к новым условиям важную роль играет возможность «интимизировать» обстановку: принести с собой свои игрушки, знакомые и привычные предметы – все это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт. Любая знакомая игрушка овладевает вниманием ребенка и помогает ему отвлечься от расставания с близкими.

Как помочь ребёнку адаптироваться

Дети первой группы адаптации:

1. Необходимо побуждать ребёнка общаться с воспитателем.
 - Вовлекать в игровую деятельность с воспитателем
 - Обращать внимание родителей на формирование игровых навыков
2. Регуляция эмоционального состояния детей:
 - Упражнения двигательного характера, для того, чтобы ребёнок вышел из оцепенения, использование весёлой музыки, песен, подвижных игр, потешек и др.
 - Использование спокойной музыки для расторможенных, подвижных детей, или после активной деятельности, воды, песка, сенсорика.

Дети второй группы адаптации: (готовы на общение)

1. Поддержание интереса к орудийному, предметному миру через обращение к особенностям своеобразию игрушек (как звучат, как раскрашены, из чего состоят).
Формирование умения играть с ними, используя такую последовательность:
 - показ
 - совместные действия
 - упражнения ребёнка в действиях (самостоятельная игра)).
2. Формирование потребности в активных самостоятельных действиях:
 - поручения
 - напоминание поручения
 - обучение как поделиться игрушкой (формирование самостоятельности в игре)

Дети третьей группы адаптации:

(используют в игре самостоятельные многозвенные действия с предметами)

Задачи воспитания:

1. Организация игры:

- Подбор игрушек
 - Выбор сюжета
 - Вовлечение детей в игру
 - Обучение развитию цепочки игровых действий
- #### **2. Упражнения в совместных со сверстниками действиях:**
- поручать обращаться к сверстникам
 - обмен игрушек при наличии контроля взрослого
 - регуляция детских взаимоотношений в процессе игры



Особенности работы воспитателя в период адаптации детей к ДОУ

Процесс адаптации ребенка, во многом зависит от того, как сумеет воспитатель понять нужды, интересы, наклонности ребенка, своевременно снять эмоциональное напряжение, согласовать методику проведения режимных процессов с семьей.

Для оптимизации процесса адаптации воспитатель может использовать следующее:

- беседы с родителями;
- анкетирование;
- наблюдение за ребенком;
- развивающие игры.

Сведения о ребенке воспитатель получает в процессе беседы с родителями, а также в ходе наблюдений за ребенком в первые дни его пребывания. Уже в процессе первых наблюдений воспитатель может получить достаточно важную информацию о степени «проблемности» ребенка, его темпераменте, интересах, особенностях общения со взрослыми и сверстниками и т. д. Однако наибольшее внимание следует уделить особенностям протекания процесса адаптации. Для этого на каждого ребенка ведется индивидуальный адаптационный лист, в котором ежедневно, с момента поступления ребенка в ДОУ, фиксируются результаты наблюдения за ним по выделенным критериям. По окончании адаптационного периода адаптационный лист передается педагогу – психологу, который прилагает его к карточке наблюдения за развитием ребенка. Ведение адаптационного листа позволяет отследить особенности привыкания малыша к ДОУ и наметить ряд профилактических и, при необходимости, коррекционных мероприятий для облегчения адаптационного синдрома.

Кроме того, в ходе бесед важно, чтобы воспитатель установил контакт с родителями, помог снять тревогу за малыша, информировал бы о протекании адаптационного периода, ориентировал на активное взаимодействие.

В первые дни пребывания ребенка в группе является минимальным. Утреннее кормление желательно проводить дома. Для детей, у которых уже сформировался ряд отрицательных привычек, рекомендуется назначать в первые дни приходиться только на прогулку. Укладывание спать желательно проводить на шестой день пребывания в детском саду. На девятый день рекомендуется родителям оставить ребенка на один – два дня дома (из-за снижения защитных сил организма).

По отношению к детям, нуждающимся в тесном контакте с близкими людьми, работа с семьей должна быть более глубокой и объемной. При этом необходимо помнить, что все вышеперечисленные мероприятия должны осуществляться с учетом особенностей привыкания ребенка к ДОУ.

В процессе адаптации ребенка к ДОУ воспитателям рекомендуется:

- использовать элементы телесной терапии (брать ребенка на руки, обнимать, поглаживать);
- по рекомендации врача подвешивать над кроваткой возбужденного ребенка мешочки с успокаивающими сборами трав;
- предлагать ребенку ложиться в постель с мягкой игрушкой;
- рассказывать сказки, петь колыбельные перед сном;
- использовать игровые методы взаимодействия с ребенком;
- создавать у ребенка положительную установку на предстоящие режимные процессы.

Данная система работы поможет ребенку легче адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, укрепит резервные возможности детского организма, будет способствовать процессу ранней социализации.