

## **Создание условий для успешной адаптации детей раннего возраста к ДОУ**

**Иванова Н.С., воспитатель  
ГБДОУ детский сад №100 Центрального района  
Санкт-Петербурга**

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.

**Цель:** помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения (ДОУ).

**Задачи:** - создание условий для осуществления благоприятного воспитательного - образовательного пространства семьи и ДОУ в системе организации адаптации детей раннего возраста.

-формирование и развитие личностных, психологических, социальных и коммуникативных навыков воспитанников на основе сотрудничества с 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.)

**Ожидаемые результаты:**

1. Преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации к ДОУ
- . 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 с взрослыми и сверстниками.
7. Развитие игровых навыков.

### **1.ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА**

В возрасте 1-2 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 1-2-летнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей в течение 10 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, 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, 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:**

**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 убыстряется, в результате дети преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Дети адаптированы.

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..

## **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. Также для облегчения адаптации коллектив нашей 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:

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 мы используем 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, 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!

### **Хлопаем в ладоши!**

**Цель:** развитие эмоционального общения ребенка с 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 игры:** 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 игры:** Один ребенок прячется в групповой комнате. Взрослый с остальными детьми его ищет. Повторить с несколькими детьми.

Дети 1 - 2 летнего 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

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, 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, 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.