

Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ

Детский сад – новый, важный период в жизни каждого ребенка. К сожалению, для любого ребенка начало посещения детского сада – настоящий стресс. Он попадает в совершенно новую, непривычную для него обстановку – огромное незнакомое помещение, где нет мамы, которая всегда готова прийти на помощь, где нет его любимых игрушек, где его окружают чужие взрослые, которых надо слушаться.

С приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенно меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких родственников, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, другой стиль общения. Все это создает стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (страхам, капризам, истерикам, отказу от еды, частым болезням, психической регрессии).

Чем старше ребенок, тем быстрее он может адаптироваться к новым условиям. Поэтому особо остро проблема адаптации стоит с детьми раннего возраста. Дети этого возраста наиболее ранимы, они менее приспособлены к отрыву от семьи.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, новое, незнакомое для него пространство. Несмотря на сложности в адаптации, я всё-таки считаю, что именно в раннем возрасте родители должны отдавать ребенка в детский сад.

Именно в этом возрасте наиболее интенсивно идёт развитие психических процессов и свойств личности. Существенные изменения происходят в двигательной деятельности ребенка. Появляются новые виды движения – бег, лазание, прыжки с места, игры с мячом. Развивается речь – ребенок учится правильно произносить слова, увеличивается его словарный запас. Большие изменения происходят и в социальном развитии. Ребенок стремится быть хорошим, соответствовать требованиям взрослых, получать их одобрение. По некоторым наблюдениям психологов ребенок в возрасте до трех лет приобретает от 60% до 70%

информации об окружающем мире, а за всю оставшуюся жизнь 30% – 40%. Очень важно в этот возрастной период построить жизнь ребенка так, чтобы он смог максимально использовать возможности этого возраста. Задача эта ложится, конечно же, на детский сад.

Чтобы процесс привыкания к детскому саду прошел наиболее безболезненно во многом зависит от нас, воспитателей. Приучать ребёнка к детскому саду нужно постепенно. В первые дни пребывания ребенка в группе должно быть минимальным (максимум два часа). Желательно, чтобы ребенок дома позавтракал, потому что многие дети поначалу совсем отказываются от еды. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. Если ребенок привыкает тяжело, можно посоветовать родителям в первые дни приходить только на прогулку. Только через две-три недели, учитывая желание малыша, можно оставить его на целый день.

Учитывая исследования ученых, Институт педиатрии разработал критерии, по которым можно судить о степени тяжести прохождения периода адаптации:

- нарушение сна,
- нарушение питания,
- проявление отрицательных эмоций в общении,
- боязнь пространства,
- частые заболевания,
- снижение веса.

Процесс перехода ребенка из семьи в дошкольное учреждение сложен не только для ребенка, но и для родителей. 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 ДОО. 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.

Каждый раз, после прихода из детского сада, родителям необходимо интересоваться у ребенка о том, как прошел его день, чем он занимался, что было интересного. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к дошкольному учреждению.

Воспитатель должен предупредить родителей об особенностях адаптации детей к новым условиям и попросить их обязательно рассказывать о том, как ведет себя ребенок дома. Если ребенка заранее приучили к режиму дня, который ждет его в детском саду, если он умеет проситься в туалет, умеет сам держать ложку, играть с игрушками, интересуется ими, способен хотя бы к кратковременному контакту с другими детьми, доверяет воспитателям, то большинство проблем, связанных с адаптационным периодом можно будет избежать.

Дети раннего возраста характеризуются повышенной эмоциональностью. Эмоциональное состояние ребенка оказывает особое влияние на скорость и тяжесть адаптационного процесса. Поэтому с первых дней пребывания ребенка в ДОО необходимо обеспечить для него психологический и физический комфорт, что поможет смягчить неприятные моменты, возникающие в процессе перехода от домашнего образа жизни к общественному.

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в дошкольном учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, не хотят есть, отказываются от игрушек, не идут на контакт с детьми и взрослыми, но уже через несколько дней с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать. Другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, выполняют все указания воспитателей, а на второй день с плачем расстаются с мамой, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, проявляют отрицательные эмоции в общении. Большинство детей реагируют на детский сад плачем. Одни легко идут утром, но плачут вечером дома, другие соглашаются идти в детский сад с утра, но перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

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.

Игра помогает создавать у детей хорошее настроение, вызывать радость: ребенок радуется тому, что узнал что-то новое, радуется своему достижению, умению произнести слово, что-то сделать, добиться результата, радуется первым совместным с другими детьми действиям и переживаниям. Эта радость является залогом успешного развития детей на ступени раннего возраста и имеет большое значение для дальнейшего воспитания.

Совместными усилиями воспитатели и родители должны организовать жизнь ребенка так, чтобы адаптация к дошкольному учреждению прошла наиболее безболезненно, чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к дошкольному учреждению, навыки общения с взрослыми и детьми, что необходимо для дальнейшей жизни в обществе.

Объективными показателями адаптационного периода являются:

- глубокий, спокойный сон,
- хороший аппетит,
- эмоционально-уравновешенное состояние,
- активное поведение,
- полное восстановление имеющихся навыков,
- прибавка в весе, соответствующая возрасту

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Чёткий режим дня

Необходимость подчиняться незнакомому человеку

Изменения в привычной жизни

ребенка в условиях адаптации

Отсутствие родных рядом

Постоянный контакт со сверстниками

Резкое уменьшение персонального внимания

