

Введение.

Детский сад - это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Поступление ребёнка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций (динамического стереотипа) крохи, приводит к необходимости устанавливать социальные связи адаптироваться к новым условиям жизни.

Адаптация (от лат. – Приспособлять) – в широком смысле – приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребёнка детский садик, несомненно, является новым, ещё неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Для того чтобы ребёнок мог быстро и безболезненно адаптировался к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад. Родители не всегда в должной мере осознают, что, приходя в детский сад, ребёнок попадает в иные условия, существенно отличающиеся от домашних. Детям трудно привыкать к новому учреждению, к не знакомым сверстникам, требования со стороны взрослых, режимным моментам. Родители испытывают тревогу за своего ребёнка, и также привыкают к требованиям детского сада, а воспитателю порой не просто найти подход к детям и их родителям.

Для успешной адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения, взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания. Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребёнок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям.

Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приводит к нарушениям интеллектуального, физического развития ребёнка, возникновению отрицательных форм поведения.

Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать процесс вхождения ребёнка в новую для него среду и болезненное привыкание к нему. На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояния здоровья, степень закалённости, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения с взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей. Дети, имеющие отклонения в этих сферах труднее адаптируются к новым макросоциальным условиям. У них может развиваться эмоционально – стрессовая реакция, приводящая к нарушению здоровья. Для профилактики подобных реакций необходима организация медика–психолога–педагогического сопровождения детей в период их подготовки и адаптации к пребыванию в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ). В этой работе выделяются следующие направления:

- подготовка детей к поступлению ДОУ и прогнозирование адаптации к нему;
- организация жизнедеятельности детей в период адаптации;
- контроль за состоянием здоровья детей в период адаптации и коррекция возникающих нарушений.

Психологическая готовность ребёнка к ДОУ – одна из важнейших итогов психологического развития в период дошкольного детства.

Актуальность темы «Адаптации детей младшего возраста в детском саду» заключается в том, что на ранних этапах развития личности основные механизмы базируются на психофизиологических возможностях детского организма, разумное сочетание которых способствует гармоничному развитию личности в целом. Успешная адаптация ребёнка к условиям

дошкольного учреждения, формирование у него положительной установки на детский сад, позитивное отношение к нему позволяет осуществлять весь процесс адаптации безболезненно для психики ребенка.

Возникает много вопросов у родителей, воспитателей. Наша задача облегчить тревогу родителей за своих малышей, а малышам сформировать желание идти в детский сад. Создать атмосферу тепла уюта и благожелательности в группе. Если у ребёнка исчезнут его волнения и страхи, значит, мы работаем не зря. И если ребёнок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и нами, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

2.1. Проблема адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении.

«Надо сделать так, чтобы детский сад не
Подменял родителей, не отторгал их
От детей, а соединял их другом,
Давая возможность для их богатого
И тонкого общения и взаимодействия
Ребёнок умеет любить того, кто его любит,-
И его можно воспитывать только с любовью».
Л. А. Никитина.

Одна из проблем, которая решается в дошкольном учреждении, проблема адаптации детей.

Для оптимального осуществления периода адаптации, переход ребёнка из семьи в дошкольное учреждение, необходимо сделать по возможности правильным. Для этой цели были разработаны психолога – педагогические параметры, которые дают возможность прогнозировать течение адаптации, и предлагают индивидуальные подходы к детям в дошкольном учреждении и в семье в период адаптации.

Положительное влияние на течение процесса адаптации оказывает его организация. Желательно чтобы мы заранее познакомились с детьми, поступающими в детское дошкольное учреждение. При этом важно выяснить проблемы, которые могут возникнуть, и заранее дать рекомендации родителям по подготовке детей к дошкольному учреждению.

С приходом ребёнка 2-3 лет в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещения, таящие в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения. Всё это обрушивается на ребёнка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страх, отказ от еды, частые болезни и т.д.).

Традиционно, под адаптацией, понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к её условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, и.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс) при этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворённость) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

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

2.1.1. Фазы адаптационного периода.

В ходе комплексного исследования, проведённого учёными разных стран, 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 ребёнка, то есть 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.

Важнейший компонент адаптации – согласование оценок и притязаний ребёнка с его возможностями и реальностью социальной среды.

Существует ряд критериев, по которым можно судить, как адаптируется ребёнок к жизни в организованном детском коллективе.

Основные критерии адаптации ребёнка к условиям

К основным критериями адаптации относятся:

Поведенческие реакции;

Уровень нервно – психического развития;

Заболееваемость и течение болезни;

Главные антропологические показатели физического развития (рост, вес).

2.1.2. Степени тяжести адаптации.

Различаются степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

1. Лёгкая адаптация:

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7 – 10 дней);
- аппетита (норма по истечении 10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетённое состояние и т. д.), изменения речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20 – 30 дней;
- характер взаимоотношений с 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).

2. Средняя адаптация: все нарушения выражены более длительно: сон, 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 с взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчётливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).

3. Тяжёлая адаптация (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребёнка. Данный тип адаптации характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребёнок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребёнок плачет,

пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения). Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии. При тяжёлой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

4. Очень тяжёлая адаптация: около полугода и более. Встаёт вопрос: стоит ли ребёнку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовый» ребёнок.

Однако как бы не готовили ребёнка к ДОО, всё равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса.

Влияет на адаптацию тип темперамента ребёнка. Замечательно, что быстро привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они медлительны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеваться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их часто подгоняют, причём не только в садике, но и дома тоже, не давая возможность побыть с собой.

Практика показывает, что основными причинами тяжёлой адаптации к условиям ДОО являются:

- отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом дошкольного учреждения,
- наличие у ребёнка своеобразных привычек,
- неумение занять себя игрушкой,
- отсутствие элементарных культурно - гигиенических навыков,
- отсутствие навыка общения с незнакомыми людьми.

Рассмотрим факторы, влияющие на адаптацию это:

- возраст ребёнка;
- состояние здоровья;
- уровень развития;
- характеристика нервной системы;
- умение общаться с взрослыми и сверстниками;
- сформированность предметной и игровой деятельности;
- приближённость домашнего режима к режиму детского сада.

2.1.3. Этапы адаптации.

Адаптационный период можно разделить на несколько этапов.

1 этап – подготовительный.

Его следует начинать за 1-2 месяца до приёма ребёнка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщаться к новым для него условиям.

Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребёнка от переутомления. Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребёнок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций. Как только в семье посчитают, что все эти задачи успешно решены и малыш подготовлен к приходу в ДОУ, наступает следующий этап – в работу включается педагог, который непосредственно будет работать с ребёнком в детском саду.

2 этап - основной.

Главная задача данного этапа – создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Воспитатель, узнавая ребёнка, со слов родителей, смогут найти подход к ребёнку значительно быстрее и точнее, а ребенок в своё время начнёт доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

Этап – заключительный.

Ребёнок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребёнка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, самочувствие ребёнка, аппетит, в последнюю очередь - сон.

3.1. Индивидуальные особенности поведения детей в период адаптации.

В период адаптации педагогу важно обратить внимание на индивидуальные особенности детей. В возрасте 2-3 лет ребёнок уже имеет собственный индивидуальный опыт поведения, общения с окружающими, потребности и желания, привычки, умения и навыки. Всё это я принимаю во внимание в процессе привыкания малыша к жизни в детском саду.

Одни дети подвижны, любят побегать порезвиться; другие – медлительны, третьи боязливы, сторонятся сверстников. Некоторые дети, пришедшие в мою группу, уже могут самостоятельно одеться, кушать, а другие и к трём годам не могу одеться, ожидают, когда я их покормлю.

Каковы же причины индивидуальных различий детей? Прежде всего, это различие в условиях жизни и воспитания детей. На поведение и развитие ребёнка накладывает отпечаток и состояние его здоровья. Ослабленные дети труднее адаптируются к новым условиям. Они чаще болевают, труднее переживают разлуку с близкими. Если ребёнок не плачет и не выражает внешне негативных проявлений, но может терять в весе, не играть с детьми. Такое состояние ребёнка беспокоит воспитателей не меньше, чем состояние тех детей, которые плачут, зовут своих родителей. На поведение детей откладывает отпечаток и особенности нервной системы, её тип: сила, подвижность, уравновешенность или не уравновешенность нервных процессов возбуждения и торможения. Дети, у которых процессы возбуждения и торможения уравновешены, отличаются спокойным поведением, общительностью, положительно воспринимают все режимные моменты, активно в них участвуя.

Дети, отличающиеся лёгкой возбудимостью, бурно выражают своё отношение к окружающему. Они легко отвлекаются, быстро меняют игрушки, постоянно двигаются по группе, рассматривая то один предмет, то другой. Таких детей нельзя резко ограничивать в действиях. Обращаться с ними следует очень ровно, спокойно.

В противоположность легко возбудимым детям есть такие, которые характеризуются медлительным, инертным поведением. Они очень неактивно выражают свои чувства, предпочитают играть подальше от детей, бояться их приближения. В первые дни не рекомендуется привлекать медлительных детей к общению со сверстниками. Не терпеливый подход воспитателя к такому ребёнку может привести к затруднению адаптации.

Особого внимания требуют дети со слабым типом нервной системы. Всё новое пугает их и даётся с большим трудом. Таких детей к детскому саду следует приучать постепенно, постоянно поощряя и подбадривая их.

Игнорирование воспитателем типологических особенностей нервной системы детей в период адаптации к ДООУ может привести к осложнениям в их поведении.

Перед тем как ребёнок будет посещать детский сад, я стараюсь, как можно больше узнать о ребёнке. Поэтому моя организация адаптационного периода начинается задолго до того, как ребёнок начинает посещать детский сад: я встречаюсь с родителями, провожу беседы, раздаю анкеты.

При проведении родительского собрания на тему «Первые дни в детском саду» (Приложение 2), объяснила родителям, что привыкание это, прежде всего, соблюдение распорядка и режима дня. Познакомила с правилами, существующими в группе, которые облегчат жизнь и привыкание детей в группе. Кроме того, провела консультацию для родителей «Адаптация ребёнка к дошкольному учреждению» (Приложение 3) . в ходе которой, родители узнали, что в период адаптации к новым условиям происходит своеобразная ломка, переделка ранее сформированных стереотипов, кормление, укладывание спать и т.д., а также стереотипов общения.

4.1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Для создания эмоционально благоприятной атмосферы в группе, необходимо сформировать у ребёнка 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 ребёнок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пойдёт адаптация. Практически любой малыш в первое время испытывает дискомфорт от размеров групповой комнаты и спальни – они слишком большие, не такие, как дома. Чтобы ребёнку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу. Зрительно уменьшить помещение, сделать его более уютным, красивые занавески на окнах, бордюры по всему краю стены.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовывала маленькие «комнатки», в которых дети чувствуют себя комфортно. Хорошо, если в группе имеется небольшой «домик». Желательно рядом с домиком разместить живой уголок. Растения, и вообще зелёный цвет, благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

Необходимо оборудовать в группе спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребёнка появилось желание заниматься в нём.

Психологи и физиологи установили, что изобразительность для ребёнка 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 решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами - маркерами, на прикрепленном к стене листе бумаги. Умиротворяющее действуют на детей игры с песком с водой.

Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребёнок чувствует себя неуютно в большой комнате, возня других детей отвлекает, не даёт возможности расслабиться и уснуть. Такая простая, вещь как прикроватная занавеска, может решить ряд проблем: создать ощущение психологического комфорта, защищённости, придать спальне более уютный вид, а главное - эта занавеска, которую сшила и повесила мама, как и любимая игрушка, с которой он ложится спать.

В период адаптации надо временно сохранить привычные для ребёнка приёмы воспитания, даже если они противоречат установленным в детском саду правилам. Перед сном малыша можно покачать, если он к этому привык, дать игрушку, посидеть рядом, рассказать сказку и т.п. ни в коем случае нельзя насильно кормить или укладывать спать, чтобы не вызвать и не закрепить на долгое время отрицательного отношения к новой обстановке.

Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослыми. Ласковое обращение с ребёнком, периодическое пребывание малыша на руках даёт ему чувство защищенности, помогает быстрее адаптироваться.

На педагогическом совете выступила перед коллегами, рассказала о том, как я провожу адаптацию в своей группе, о постепенном привыкании детей, какую работу организую. (Приложение №10)

5.1. Формирование чувства уверенности в окружающем.

Давайте представим себе впечатления ребёнка, впервые попавшего в детский сад. Пофантазируйте: В квартире, в которой вам предстоит жить, живут 10 человек. Они о чём-то говорят, бегают, некоторые плачут, и нет места, где можно было бы от всего этого кошмара спрятаться, и нет ни одного знакомого человека, который бы объяснил, что всё это значит.

Согласитесь, картина не из приятных. Но ведь это не что иное, как видение ситуации поступления в детский сад двух трёх летним малышом: большинство детей хоть на полгода, но старше его; кругом незнакомые взрослые, которые что-то спрашивают, о чём-то просят, что-то требуют. И ходить по детскому саду страшно; ещё заблудишься.

Именно поэтому одна из основных задач адаптационного периода - формирование чувств уверенности в окружающем. Для этого необходимо следующее:

- знакомство детей, их сближение друг с другом;
- знакомство с нами, воспитателями, установление отношений между мной и ребёнком, основанных на доверии;
- знакомство с группой и детским садом;
- знакомство со всем персоналом детского сада;
- знакомство и дружба с детьми старших групп.

Всё это, т.е. знакомство с окружающим, для наших малышек в нашем детском саду организуется в форме игр. Я считаю, что игра помогает быстрее и мягче привыкнуть малышу к детскому саду.

Проведение игры с малышами требует от взрослого знания и выполнения, определённых правил, таких как:

Правило 1. Добровольность участия в игре. Необходимо добиться того чтобы ребёнок захотел принять участие в предложенной игре. Заставляя, мы можем вызывать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит. Напротив

увидев, как играют другие, увлекшись, ребёнок сам включается в игру. Для того чтобы игра действительно увлекала детей и лично затронула каждого из них, необходимо выполнять.

Правило 2. Взрослый должен стать непосредственным участником игры. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми, он вовлекает их в игровую деятельность, делая её важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой. В тоже время взрослый организует и направляет игру. Таким образом, второе правило заключается в том, что взрослый совмещает две роли – участника и организатора. Причём совмещать эти роли взрослый должен и в дальнейшем.

Правило 3. Многократное повторение игр, которое является необходимым условием развивающего эффекта. Воспитанники по - разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Систематически участвуя в той или иной игре, дети начинают понимать её содержание, лучше выполнять условия, которые создают игры для освоения и применения нового опыта.

Правило 4. Наглядный материал (определённые игрушки, различные предметы и т.д.); надо беречь, нельзя его превращать в обычный, всегда доступный. Во-первых, так он дольше сохранится, а во-вторых, это материал долго останется для детей необычным.

Правило 5. Взрослый не должен оценивать действия ребёнка: слова типа «неверно, не так» или молодец, правильно в данном случае не используется. Дайте предоставляю ребёнку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже самые, даже самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свои взгляд на вещи, помогите ему выразить всё это.

6.1. Организация игровой деятельности в адаптационный период.

В дошкольном возрасте игра - ведущий вид деятельности детей. Ребёнок проводит в игре много времени. Она вызывает существенные изменения в психике. Известнейший в нашей стране педагог А.С. Макаренко так характеризовал роль детских игр: «Игра имеет важное значение в жизни ребёнка, имеет то же значение, какое у взрослого имеет деятельность, работа, служба. Каков ребёнок в игре, таким во многом он будет в работе, когда вырастит. Поэтому воспитание будущего деятеля происходит, прежде всего, в игре...» И поэтому основная задача игр в адаптационный период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребёнок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнёра в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы не один ребёнок не чувствовал себя обделённым вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учётом игровых возможностей детей. Места проведения и т.д. например: «Пришёл Петрушка», «Выдувание мыльных пузырей», «Хоровод», «Догонялки», «Солнечные зайчики», «Самолёты», и т.д.

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно, «пальчиковыми» играми.

Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений: « Кто в кулачке», «Игра с кистями рук» и т.д. такие игры, как «Книжка – угадай – ка», «Вместе с мишкой», «Чертим разные фигуры»,

«Игры с куклой» не только ободряют робкого и развеселят плачущего, но и успокоят слишком расшалившегося, переключат внимание и помогут расслабиться рассерженному, агрессивному ребёнку.

Сгладить адаптационный период помогут физические упражнения и игры, которые можно проводить по несколько раз в день. Также мы создаем условия для самостоятельных упражнений: предлагаем малышам каталки, машинки, мячи. Если дети не расположены в данный момент к подвижным играм, я им читаю сказки или играю в спокойные игры.

В значительной мере помогают адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность. Безусловно, в поведении любого процесса, главная роль принадлежит нам, воспитателям. Создавая у ребёнка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным особенностям, формируя потребность в общении с взрослыми и детьми, он обеспечивает решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребёнка к новым условиям и тем самым ускоряет и облегчает протекание адаптационного процесса.

Исход адаптации.

Длительность адаптации зависит от индивидуальных особенностей каждого малыша, от правильного подхода взрослых к привыканию детей. Если ребёнок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптация проходит сравнительно легко и быстро.

Другой малыш медлителен, шум и громкие разговоры раздражают его, он не умеет сам есть, раздеваться. Такому ребёнку необходим более длительный срок адаптации.

Адаптационный процесс считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими.

7.1. Работа с родителями в целях успешной адаптации детей младшего возраста.

Для того чтобы сделать процесс адаптации менее болезненным, необходимо, чтобы родители и сотрудники детского сада поддерживали тесный контакт. Это могут быть и посещения воспитателями ребёнка на дому (конечно, с согласия родителей), и приход мамы или бабушки ребёнка в группу детского сада в первые дни и недели, и постепенное привыкание ребёнка: сначала мама приводит его только на прогулку, потом на один - два часа в группу, позже – на несколько часов подряд оставляет его с воспитателями.

Воспитатели оказывают родителям необходимую педагогическую помощь в процессе ежедневного с ними, консультируют родителей через материалы родительского уголка, на родительских собраниях, вечерах досуга. Воспитатели знакомят родителей с основными принципами организации жизни ребёнка в адаптационный период и методикой проведения игр занятий с детьми от 2 до 3 лет, которые определились в ходе практической работы и показали свою обоснованность и необходимость выполнения.

Информация, передаваемая родителям об их малышах, всегда своевременная и разнообразна по всем видам деятельности детей. Воспитатели ведут «Лист адаптации» (Приложение №9) каждого ребёнка и знакомят родителей с нормами адаптации, чтобы родители знали : даже если ребёнок легко и быстро привык к яслям, не стоит оставлять его здесь на 8-10 часов. Если родители решили привести ребёнка в ясли, им необходимо прийти накануне, а воспитателю, рассказать о своём ребёнке и поинтересоваться, не ожидается ли на следующий день приход нескольких новых детей.

Воспитатели фиксируют внимание взрослых на том, что обычно дети, впервые поступившие в ясельную группу детского сада, заболевают ОРЗ на 5-7 день. Поэтому родителям лучше сделать перерыв и с целью

профилактики заболевания не водить ребёнка в ясли с 4 по 10-й дни. В первые дни и недели посещения яслей, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, родители должны поддерживать дома спокойную обстановку, не перегружать ребёнка новой информацией, не посещать многолюдные места и не принимать дома шумные компании. Воспитатели убеждены, если родители постараются выполнить все эти условия, то малыши прекрасно справятся с изменениями в их жизни. Задача родителей в это время – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Поэтому необходимо заранее готовить ребёнка к поступлению в детское учреждение.

В ходе работы по организации адаптационного периода можно руководствоваться некоторыми правилами:

Для родителей;

- 1. Провести первое знакомство родителей с ДООУ:**
 - прийти на детский праздник;
 - посетить занятия;
 - пройти с экскурсией по ДООУ;
 - посетить «День открытых дверей».
- 2. Приходя в детский сад, желательно познакомиться с группой, куда будет ходить ребёнок, с сотрудниками, работающими там.**
- 3. В адаптационный период нежелательно разрушать любые привычки, в том числе и вредные (например, если ребёнок сосёт палец, не засыпает без соски или пения и т.д.), так это осложнит приспособление к новым условиям. На момент поступления в детский сад необходимо предупредить воспитателя о «особых» привычках ребёнка, если таковые имеются.**
- 4. Необходимо тренировать у ребёнка систему адаптационных механизмов, приучать его к ситуации, в которых требуется менять формы поведения.**
- 5. Нужно придерживаться режима дня максимально приближенного к режиму в ДООУ.**

- 6.** Готовиться к посещению сада лучше вместе. Ребёнок будет более заинтересован посещением ДООУ, если родители, покупая необходимые вещи, будут привлекать ребенка.
- 7.** Накануне первого посещения детского сада необходимо напомнить малышу, что завтра он идёт в группу, и ответить на все вопросы.
- 8.** Рекомендуется укороченный день. Адаптация в основном начинается в летний оздоровительный период (это тот этап самый рациональный), когда малыши большую часть времени проводят на прогулке, что способствует более лёгкой адаптации, так как дети имеют больше возможности находиться в первичной, естественной обстановке: играть с песком, водой, которые являются прекрасным психопрофилактическими средствами.
- 9.** Первые несколько дней (приблизительно неделя, иногда до трёх недель) желательно присутствие родителей в группе, на прогулке вместе с ребёнком, т.к. с мамой ребёнок чувствует себя уверенно и спокойно. Мама может помочь мне одеть других детей, принять участие в игре, участвовать в процессе кормления своего дитя, других ранимых малышей. В это время (период адаптации) пребывание ребёнка в детском саду укорочено. Игры игрушки вызывают у ребёнка острый интерес. Любознательность и активность побуждают его не надолго отлучиться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается за эмоциональной «подпиткой». Здесь советуем маме отпускать малыша, одновременно следить за его безопасностью, своевременно откликаться на его призывы. Сначала проявления самостоятельности очень не долговременны, но постепенно малыш всё дальше отходит от мамы, добровольно принимает участие в играх со мной, другими детьми и чужими мамами.
- 10.** Важно избегать обсуждения при ребёнке волнующих проблем, связанных с детским садом.
- 11.** Необходимо подчёркивать, что ребёнок по-прежнему дорог и любим.

12. Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам детского сада расположит ребёнка к общению с ним.

Для воспитателя:

1. Воспитатели знакомятся с родителями и другими членами семьи, с самим ребёнком, узнают следующую информацию:

- какие привычки сложились дома в процессе еды, засыпания, пользования туалетом и т.п.;

- как называют ребёнка дома;

- чем больше всего любит заниматься ребёнок;

- какие особенности поведения радуют, а какие настораживают родителей.

2. Ознакомить родителей с ДООУ, показать группу. Познакомить родителей с режимом дня в детском саду, выяснить насколько режим дня дома отличается от режима дня в детском садике.

3. Дать педагогические рекомендации родителям по адаптации ребёнка к новым условиям жизни в ДООУ, тогда ребёнок придет в детский сад более подготовленным.

4. Уточнить правила в общении с родителями:

- детский сад - это открытая система, в любое время родители могут прийти в группу и находиться там сколько, сколько сочтут нужным;

- родители могут забирать ребёнка в удобное для них время;

- и т.д.

5. Необходимо проявлять радость и заботу при приходе ребёнка в группу.

6. Необходимо обеспечить стабильность состава воспитателей на период приёма и на весь период пребывания детей в ДООУ. В период адаптации и после него категорически запрещается переводы детей в другие группы.

7. На период адаптации по возможности необходим щадящий режим.

8. Приближенность режима детского сада к домашнему режиму.

9. Важно помнить о том, что ребенок должен получать удовольствие от общения с взрослыми и сверстниками.

10. Качество адаптации каждого ребёнка с оценкой степени её тяжести обсуждается на педсоветах или медика - педагогических советах.

Выработка единых требований к поведению ребёнка, согласование воздействий на него дома и ДООУ - важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.

III. ЗАКЛЮЧЕНИЕ.

На современном этапе развития научных знаний о раннем детстве получила подтверждение идея самоценности первых лет жизни ребёнка, как фундамента формирования его личности. Именно в этот период закладываются основы таких качеств, как компетентность, самостоятельность, креативность и т.д. Задача взрослых вовсе не в том, что ребёнок научится тому, чему его хотели научить. Главное расширить для ребёнка мир, помочь ему реализовать все его сегодняшние возможности и создать условия для развития завтрашних.

Тему адаптацию считаю наиболее актуальной в своей работе, т.к. на ранних этапах развития личности основные механизмы базируются на психофизиологических возможностях детского организма, разумное сочетание которых способствует гармоничному развитию личности в целом. Успешная адаптация ребёнка к условиям дошкольного учреждения, формирование у него положительной установки на детский сад, позитивное отношение к нему позволяет осуществлять весь процесс адаптации безболезненно для психики ребенка.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что тема «Адаптация детей младшего возраста (2 – 3 лет)» действительно актуальна и способствует решению проблемы безболезненного привыкания ребенка к дошкольному учреждению, и формированию гармонично развитой личности в целом, с хорошо развитыми познавательными процессами в частности.