



Адаптация детей раннего возраста

к условиям ДОУ



Подготовила педагог-психолог
МАДОУ «Детский сад №35»,
Досаева В.М.

Вопрос о помещении ребенка в детский сад, как правило, встаёт перед родителями в связи с окончанием оплачиваемого отпуска матери по уходу за ребёнком, а именно по достижении им возраста 1,5 лет.

Дошкольное образовательное учреждение – первое и самое ответственное звено в общей системе образования. Обладая высокой пластичностью функций мозга и психики, ребенок имеет большие потенциальные возможности развития, реализации которых зависит от непосредственного влияния родителей, педагогов, от

воспитания и обучения.

Но с психологической точки зрения именно этот возраст наименее благоприятный для столь радикальной перемены. Ребёнок этого возраста чрезвычайно привязан к матери, болезненно реагирует на её отсутствие.

Психологи обращают внимание педагогов дошкольных учреждений и родителей на значимость проблемы развития, воспитания и обучения ребенка с рождения до 3 лет. Они говорят о наличии особой чувствительности **детей** этого возраста к речевому, сенсорному, умственному, физическому, эстетическому, патриотическому и другим направлениям развития личности. Ранний возраст рассматривается как уникальный в плане решения обучающих, развивающих и воспитательных задач. Большое значение в воспитании здоровых и хорошо развитых **детей** имеет правильная организация их жизни в период привыкания (**адаптация**) к детскому учреждению. Процесс привыкания к новым условиям труден для формирующейся нервной системы ребенка. В этот период необходимо обеспечить единство воспитательных приемов, используемых в семье и детском учреждении.

Все дети **адаптируются по-разному**. В научных исследованиях различают такие степени тяжести прохождения **адаптации к детскому саду**:

1. Легкая адаптация:

-временное нарушение сна (*нормализуется в течение 7-10 дней*);

-временное нарушение аппетита (*норма по истечении 10 дней*);

-неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т. д., изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит 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*).



2. Средняя **адаптация**: все нарушения выражены более и 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 со взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (*например, острая респираторная инфекция*).

3. Тяжелая **адаптация** (*от 2 до 6 месяцев*) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип **адаптации** характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении, резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление 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 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

4. Очень тяжелая **адаптация**: около полугода и более. Встает вопрос, – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «*несадовый*» ребенок.

Однако, как бы ни готовили ребенка к ДООУ, все равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса.

В первые дни дети находятся в детском саду лишь по 2 часа, постепенно время пребывания возрастает, и, примерно, через недели три-четыре ребенок приходит в группу на полный день.

Систематическое педагогическое воздействие позволяет формировать у **детей** раннего возраста эстетические мерки в результате усвоения норм правил поведения, отражающие отношения к универсальным человеческим ценностям. Дети становятся все более самостоятельными, независимыми от взрослых. Обогащается их социальный опыт, усложняются взаимоотношения с окружающими, так как у них формируется самостоятельное представление о себе, оценка себя, своих действий и внешних качеств. В процессе обучения по программе ДООУ у **детей** возникает важное новообразование – осознание своего социального «Я». Показателями окончания **адаптационного периода** **являлись**: спокойное, бодрое, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями; уравновешенное настроение в течение дня; адекватное отношение к предложениям взрослых; общение с ними по собственной инициативе; умение общаться со сверстниками, не конфликтовать; желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца; спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени.

Если малыш с радостью и много говорит о детском саде, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел, можно считать, что **адаптационный период закончился**.

Развитие ребенка, поступающего в ДООУ.

По навыкам ребенка можно судить насколько готов он к детскому саду.

В 1 год и 6 месяцев ребенок умеет кушать и держать ложку при помощи взрослого; пить из чашки; обращать внимание на неопрятный вид; спокойно относиться к умыванию; проситься на горшок.

В 1 год и 9 месяцев уже самостоятельно есть пищу с хлебом; самостоятельно снимать шапку и обувь; частично одеваться; обращать внимание на грязное лицо и руки;



контролировать физиологические потребности (заранее сообщать взрослому); проявлять желание к самостоятельности; знать где находятся личные вещи и игрушки.

В 2 года кушать аккуратно при этом наклоняться над тарелкой; умывать лицо, рот, вытираться полотенцем при помощи взрослого; самостоятельно одевать носки, шапку, обувь (частично раздеваться); знать места хранения своей одежды и игрушек; пользоваться носовым платком при напоминании взрослого; контролировать физиологические потребности.

В 3 года ребенок может одеваться с помощью взрослого; раздеваться самостоятельно; складывать вещи на стульчике; застегивать несколько пуговиц; выполнять поручения такие как, отнеси, принеси, поставь; замечать беспорядок в своей одежде, пользоваться носовым платком; регулировать свои физиологические потребности, аккуратно есть, правильно держать ложку, пользоваться салфеткой; говорить слова благодарности, здороваться, прощаться.

«Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой, а также ритуал встречи.)
3. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.
5. Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены.
6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
8. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
9. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, посещение гостей.
10. Будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом.
11. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
12. Не скупитесь на похвалу.
13. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

Советы родителям, чьи дети посещают детский сад впервые.

- Не рекомендуется отправлять ребенка в детский сад только для того, чтобы он приобретал там необходимые навыки, которые не удалось привить вам. Не отдавайте его



лишь потому, что не смогли научить умываться, пользоваться туалетом, самостоятельно одеваться и раздеваться. Лучше, если вы **будете** считать детский сад своего рода клубом, который ваш ребенок посещает, чтобы играть там и развлекаться в обществе сверстников. Если он научится всему этому, значит, сделается контактным, общительным и потом без труда войдет в детский коллектив, а это само по себе уже немаловажно. Кроме того, в детском саду обнаружатся и разовьются многие его природные способности.

- Никогда не отдавайте малыша в детский сад только потому, что у вас родился еще один ребенок, даже если это и облегчит вам жизнь. Ваш старший ребенок и без того почувствует, что в доме появился непрощенный гость, и ваше решение он непременно истолкует как свое изгнание, сделав вывод, что вы предпочитаете ему новорожденного.
- Заранее подготовьте ребенка к мысли о детском саде, к необходимости посещать его. Первое, что нужно сделать (примерно за месяц до того, как он начнет ходить туда, – поменьше, чем обычно, будьте рядом с ним. Второе – подробно расскажите ему о детском саде, сводите туда, чтобы он узнал, что это такое, и у него сложилось собственное представление о нем. Скажите ребенку также, что вы очень гордитесь им, ведь он уже такой большой, что может ходить в детский сад. И, наконец, не делайте из этого события проблему, не говорите каждый день о предстоящей перемене в его жизни.
- С самого начала помогите ребенку легко войти в детский сад. Ведь он впервые в жизни расстается с домом, с вами, отдаляется от вас, хотя и всего на несколько часов в сутки. В первый день побудьте с ним некоторое время в детском саду, не уходите сразу, лучше всего, чтобы он сам отпустил вас. А расставаясь, не забудьте заверить, что непременно вернетесь за ним. Если у вас хорошие отношения с ребенком, он уже через два-три дня привыкнет ненадолго оставаться без вас; если же нет, дайте ему еще некоторое время освоиться со своим новым положением. Разумеется, все это гораздо сложнее проделать с трехлетним ребенком, чем с четырехлетним.
- Постарайтесь сделать так, чтобы у ребенка сложилось ощущение непрерывной связи между жизнью в детском саду и дома. Не расспрашивайте его без конца о том, что он там делал. На этот вопрос он неизменно ответит вам: «Ничего» или «Мы играли». Если вы все-таки хотите во что бы ни стало допытаться, как же он проводит время в садике, задавайте ему точные, конкретные вопросы. Тогда ребенок почувствует, что жизнь детского сада вам близка и понятна, и захочет, чтобы вы тоже приняли в ней участие. Кроме того, разрыв между детским садом и домом вы можете сделать менее ощутимым, если **будете** иной раз приглашать в гости его товарищей. А, подметив, что больше всего нравится делать вашему ребенку в детском саду, постарайтесь и дома предложить ему такие же интересные занятия и развлечения.