

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ



Адаптационный период, его фазы

С приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом изменяется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, а значит, потенциально опасного, другой стиль общения. Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.). Повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения (с 1,5 до 3 лет), с одной стороны, и увеличение образовательной нагрузки – с другой, обуславливают сложность привыкания младшего дошкольника к условиям детского сада.

Адаптация, т. е. вхождение человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям, является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). Выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт

(эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

Фазы адаптационного процесса

острая фаза – 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);

подострая фаза – 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 3–5 месяцев);

фаза компенсации – характеризуется ускорением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития. К сожалению, проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации родителям перед поступлением ребенка в детский сад

максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения. Между тем период адаптации настолько серьезен в жизни ребенка, что требует решительных действий со стороны взрослых для его облегчения.

Решение этой задачи ложится, в первую очередь, на педагогов ДООУ. Именно они должны так организовать жизнь ребенка в дошкольном учреждении, чтобы малыш наиболее адекватно, почти безболезненно приспособился к новым условиям, чтобы у него формировались положительное отношение к детскому саду и навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Работа с родителями новых

воспитанников

Работа с родителями проходит в несколько этапов, которые сходны с этапами подготовки родителей во многих ДООУ: первый этап – сбор информации о потенциальных воспитанниках нашего дошкольного учреждения путем взаимодействия с районной поликлиникой; второй этап – социально-гигиенический скрининг семьи, составление адаптационного маршрута и маршрута психолого-педагогического сопровождения

его в детском саду (начинает действовать по окончании адаптационного периода); третий этап – максимальное сближение режима дня ребенка в семье с режимом ДОУ.

Построенная таким образом работа позволяет: сформировать у будущих воспитанников положительные ассоциации, связанные с дошкольным учреждением; показать родителям возможности детей при воспитании их в организованном детском коллективе. На всех этапах ведется активная просветительская работа с родителями по вопросам адаптации. Во-первых, в коридорах и группах ДОУ находятся информационные стенды, на которых расположены документы из уже упоминавшегося пакета для родителей. Во-вторых, родители вместе с ребенком приглашаются на индивидуальную консультацию к педагогу-психологу ДОУ, цели которой:

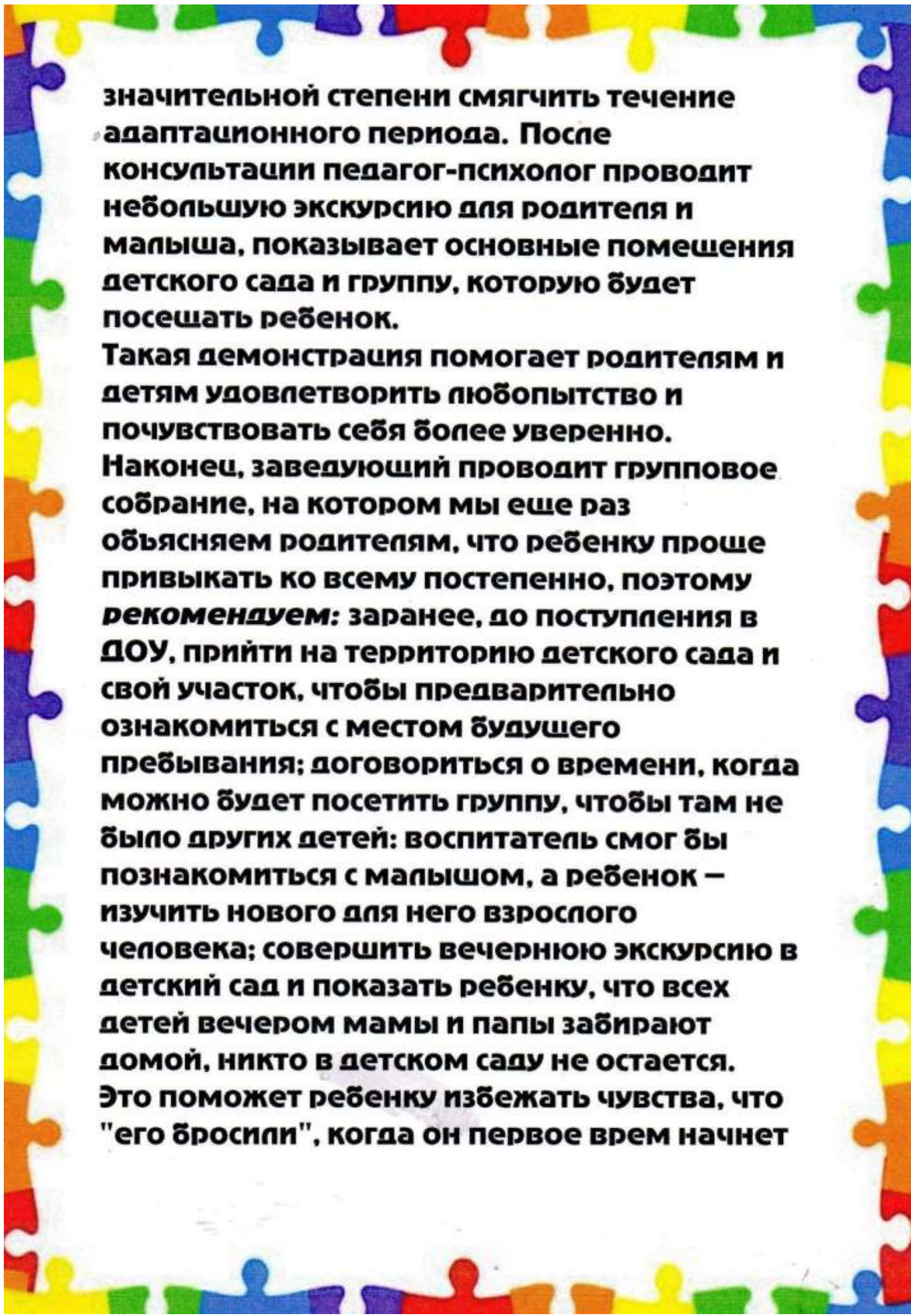
- сбор информации о семье;**
- выявление отношения родителей к поступлению ребенка в детский сад;**
- установление партнерских, доброжелательных отношений. Кроме того, на консультации собирается информация о ребенке: выясняются индивидуально-личностные привычки, приученность к режиму, питанию, особенности засыпания и**

сна, игровые навыки, умение вступать в контакт с незнакомыми взрослыми и сверстниками. Для этого педагог-психолог предлагает родителям заполнить анкету. С этой же целью родителям предлагается написать сочинение о своем ребенке "Мой ребенок. Какой он?" На основе этих данных определяется степень субъективной готовности ребенка к поступлению в детский сад, после чего родителям даются соответствующие рекомендации по подготовке малыша к приходу в детский коллектив.

Формирование у будущего воспитанника положительных ассоциаций, связанных с детским садом и педагогами

Еще одна важная цель встречи – формирование у будущего воспитанника положительных ассоциаций, связанных с детским садом и педагогами.

Например, пока один педагог-психолог беседует с мамой, второй играет с ребенком яркими, красочными игрушками. Если малыш пожелает, его можно отвести в сенсорную комнату. Кроме того, педагог-психолог наблюдает, как ребенок вступает в контакт, а также проводит, по согласованию с родителями, диагностику его нервно-психического развития. Как показывает опыт, подобное изучение ребенка до его поступления в детский сад позволяет в



значительной степени смягчить течение адаптационного периода. После консультации педагог-психолог проводит небольшую экскурсию для родителя и малыша, показывает основные помещения детского сада и группу, которую будет посещать ребенок.

Такая демонстрация помогает родителям и детям удовлетворить любопытство и почувствовать себя более уверенно. Наконец, заведующий проводит групповое собрание, на котором мы еще раз объясняем родителям, что ребенку проще привыкать ко всему постепенно, поэтому *рекомендуем*: заранее, до поступления в ДОО, прийти на территорию детского сада и свой участок, чтобы предварительно ознакомиться с местом будущего пребывания; договориться о времени, когда можно будет посетить группу, чтобы там не было других детей: воспитатель смог бы познакомиться с малышом, а ребенок – изучить нового для него взрослого человека; совершить вечернюю экскурсию в детский сад и показать ребенку, что всех детей вечером мамы и папы забирают домой, никто в детском саду не остается. Это поможет ребенку избежать чувства, что "его бросили", когда он первое время начнет

оставаться в саду без мамы.

Помощь ребенку в адаптации

Главное же направление адаптации детей к ДОУ – работа с ними. Адаптация ребенка контролируется с помощью "Листа адаптации", где отмечаются в контрольные дни (1й, 2й, 3й, 4й, 8й, 16й, 32й и при необходимости 64й (по методике К. Печоры)) эмоциональное состояние ребенка, аппетит, сон, взаимоотношения с взрослыми и сверстниками, вид наиболее предпочитаемой деятельности. Первоначально для каждого ребенка устанавливается индивидуальный режим. Время пребывания малыша в ДОУ увеличивается постепенно в зависимости от его привыкания. Данный вопрос решается совместно врачом, воспитателями и педагогом-психологом. В первые же дни мы советуем маме присутствовать в детском саду вместе с малышом. Это помогает ребенку чувствовать себя более уверенно и снижает тревожность самой мамы по поводу пребывания ее малыша в дошкольном учреждении. Приводить ребенка лучше не к завтраку, а к прогулке. И оставлять ребенка без мамы рекомендуется именно на прогулке, поскольку дети на улице чувствуют себя более комфортно, есть много возможностей, чтобы их отвлечь. Кроме того, облегчить малышу

привыкание помогут некоторые несложные приемы. Например, мы просим приносить с собой из дома любимую игрушку, которую малыш, если загрустит, сможет прижать к себе и почувствовать себя более спокойно. Небольшие фотоальбомы с семейными фотографиями также поднимут настроение загрустившему ребенку. Известно, что в стрессовой ситуации дети нередко засовывают себе пальцы в рот. Такое переключение на древнюю пищевую реакцию затормаживает ранее возникшие отрицательные эмоции. Чтобы предотвратить возникновение вредной привычки, но при этом помочь ему снять эмоциональное напряжение, мы ставим на видном месте воду и блюдо с сухариками, сушками и печеньем. Однако если привычка сосать палец (соску) у ребенка устойчива, мы ни в коем случае не отучаем от нее в адаптационный период.

