

Адаптация детей младшего возраста в детском саду.

С приходом в детский сад у ребенка начинается новый этап в его жизни. Поступление в дошкольное учреждение всегда сопровождается определенными психологическими трудностями для ребенка. Ведь с приходом в дошкольное учреждение он попадает из знакомой и обычной для него семейной среды в новую - детский коллектив, незнакомые взрослые, новая обстановка и предметы в ней. Воспитание в коллективе вырабатывает у малыша позитивные социальные стереотипы поведения – самостоятельность, внимание к окружающим, готовность помочь другому, а также способность находиться в группе детей.

Между тем, если не готовить к этому важному в его жизни событию заранее, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятными, а порой и тяжелыми переживаниями. Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Ранний период детства отличается интенсивностью темпов физического и психического развития ребенка. Значительные изменения происходят в развитии центральной нервной системы ребенка; физиологически в этот период идет созревание мозговых структур.

На третьем году жизни предметная деятельность становится ведущей. В тесной связи с развитием предметных действий идет развитие восприятия ребенка, так как в процессе действий с предметами ребенок знакомится не только со способами их употребления, но и с их свойствами – формой, величиной, цветом, массой, материалом и т.п.

Деятельность ребенка на третьем году жизни становится сложной и разнообразной; предметная деятельность (занятия с пирамидами, матрешками,

мозаикой), сюжетные игры (игры с куклой), наблюдения, рассматривание картинок, книг, элементы трудовой деятельности (самостоятельная еда, одевание, уборка игрушек), игры со строительными материалами, начала изобразительной деятельности (лепка и рисование). Все эти виды деятельности очень важны для умственного развития малыша.

Можно выделить некоторые наиболее важные особенности детей раннего возраста:

- ведущей деятельностью в раннем возрасте является предметная деятельность, которая носит социальный характер;
- в раннем возрасте развиты сенсомоторные потребности;
- в этом возрасте складывается определенное отношение к окружающим его людям, явлениям, а в соответствии с этим – и различное поведение;
- детям раннего возраста трудно сосредоточиться на однообразной, непривлекательной для них деятельности, в то время, как в процессе игры они достаточно долгое время могут оставаться внимательными;
- поведение ситуативно и почти всегда складывается из импульсивных поступков;
- форма общения со взрослыми преобладает ситуативно-деловая, но начинает формироваться внеситуативная.

В этом возрасте ребенок эмоционально чувствителен, поэтому в обучении детей раннего возраста особую роль играют положительные эмоции.

Эмоциональные состояния детей в условиях ДОУ

Эмоции играют важную роль в жизни ребенка, особенно в раннем возрасте. Они помогают ребенку приспособиться к той или иной ситуации. Эмоции ситуативны и не имеют мотивационной основы. Они больше связаны с реактивностью человека, нежели с его активностью. Активность представляет собой целенаправленное поведение, опосредованное желаниями,

потребностями, устремлениями человека. Реактивность - непосредственную реакцию на ситуацию или стимул.

Дети 3-5 лет уже в состоянии распознавать свое внутреннее эмоциональное состояние, эмоциональное состояние сверстников и выразить свое отношение к ним. Благодаря этому эмоции участвуют в формировании социальных взаимодействий и привязанностей. Эмоции способствуют социальному и нравственному развитию. Эмоции являются источником радости и страдания, и жизнь невозможна без эмоций, без эмоциональных переживаний.

С первых дней жизни ребенок сталкивается с многообразием окружающего мира: людьми, предметами, событиями. Родители не только знакомят малыша со всем тем, что его окружает, но всегда в той или иной форме выражают свое отношение к вещам, явлениям с помощью интонаций, мимики, жестов, речи. Знакомясь с различными свойствами и качествами вещей, маленький ребенок получает и некоторые эталоны отношений и человеческих ценностей: одни предметы, действия, поступки приобретают знак желаемых, приятных, другие, наоборот - отвергаются. Так, познавая окружающий мир, ребенок уже в раннем детстве проявляет выраженное, субъективное, избирательное отношение к предметам.

А.И. Баркан так описывает процесс адаптации ребенка раннего возраста к детскому саду: «Адаптация малыша к дошкольному учреждению обычно протекает сложно с массой негативных сдвигов в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. Родителям обычно видна лишь надводная часть айсберга, а это поведение ребенка, которое зачастую приводит в смятение. Но сдвиги происходят и в организме и в душе ребенка. В детском коллективе малыш постоянно, как под током сильного нервно-психического напряжения, не прекращающегося ни на минуту. Он на грани стресса или в полной мере ощущает стресс. Провоцирует же стресс у ребенка отрыв от матери. Ведь малыш неразрывно связан с мамой, долгое время только с помощью мамы ребенок получал все необходимое для жизни.

И вдруг... мама предала его. Взяла и «обменяла» на работу. Его любимая, его неповторимая и самая прекрасная на свете мама нашла себе какую-то работу и бросила его на произвол судьбы среди ужасной новой обстановки и незнакомых ему ранее детей, которым нету дела до него. Ребенок не знает, как вести себя в этой новой для себя обстановке, ведь здесь все не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало — отрыв от матери, разлука с матерью, сомнения в ее любви»

Социальными психологами и педагогами были выделены признаки стрессового состояния малыша. Они могут проявляться:

- в трудностях засыпания и беспокойном сне;
- в усталости после нагрузки, которая совсем недавно его не утомляла;
- в беспричинной обидчивости, плаксивости или, наоборот, повышенной агрессивности;
- в рассеянности, невнимательности;
- в беспокойстве и непоседливости;
- в отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жметя к ним;
- в проявлении упрямства;
- в том, что он постоянно сосет соску, палец или жует что-нибудь, слишком жадно без разбора ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);
- в боязни контактов, стремлении к уединению, в отказе участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой, не находя себе занятия);
- в игре с половыми органами;
- в подергивании плеч, качании головой, дрожании рук;

- в снижении массы тела или, напротив, начинающихся проявляться симптомах ожирения;
- в повышенной тревожности;
- в дневном и ночном недержании мочи, которых ранее не наблюдалось, и в некоторых других явлениях.

Итак: разлука - страх - стресс - срыв адаптации - болезнь... Но все это обычно свойственно ребенку с тяжелой или неблагоприятной адаптацией к детсаду. Очень часто такая адаптация приводит к неврозам, которые уже вылечить намного сложнее.

А.И. Баркан нарисовала эмоциональный портрет ребенка впервые поступившего в обычный детский сад. В нем преобладают отрицательные эмоции, хотя, конечно, присутствуют и положительные.

Отрицательные эмоции. Обычно их проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного рева. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что, хоть на время, у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны.

В палитру плача входит также и «плач за компанию», которым уже почти адаптированный к саду Ваш ребенок поддерживает «новичков», пришедших в группу, и составляет «плачущий дуэт» или же просто подпевает в хоре. Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.

Страх. Это обычный спутник отрицательных эмоций. Навряд ли удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз, во время адаптации к детсаду. Ведь малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем

лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам, гнездится в нем самом. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей, а главное, того, что вы забудете о нем, уйдя из сада на работу.

Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент ребенок, готов с яростью кинуться на обидчика, отстаивая свою правоту.

Положительные эмоции. Они действуют как противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда на ребенка действует «прелесть новизны». Чем легче адаптируется ребенок, тем раньше проявляются положительные эмоции, возвещающие о завершении у него адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные «лекарства», вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.

Одна из проблем, которая решается в дошкольном учреждении, - проблема адаптации детей. Как уже говорилось ранее, в период адаптации у ребенка возникает переделка ранее сформированных динамических стереотипов и, помимо иммунной и физиологической ломки, происходит преодоление психологических преград. Стресс может вызвать у малыша защитную реакцию в виде отказа от еды, сна, общения с окружающими, ухода в себя и др. Для оптимального осуществления периода адаптации переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение необходимо сделать по возможности более плавным.

Эмоциональные проблемы малыша требуют разрешения в первые же дни его пребывания в группе. От успешности деятельности педагога в этом направлении зависит дальнейшая жизнь ребенка, и не только в детском саду.

Отрицательный опыт адаптации может сыграть негативную роль и в первом классе школы.

Таким образом, создание психологической атмосферы в детских группах является одной из основных составляющих успешной адаптации младших дошкольников к детскому саду.

Психологическая атмосфера создается прежде всего воспитателем при соблюдении следующих условий:

1. Обеспечение чувства уверенности малыша. Ребенок находится максимальное длительное пребывание около воспитателя.
2. Включенность родителей в подготовку и проведение занятий.
3. Постепенное увеличение времени пребывания в детском саду.
4. Эпатичность воспитателя.
5. Создание благоприятной атмосферы. (развешивание фото родителей (виртуальное присутствие родителей) игрушечные телефонные звонки).
6. Группа ярко, красочно оформлена.
7. Воспитатель принимает на себя роль посредника, организатора во всех детских взаимодействиях. Игра и любое взаимодействие протраивается на первых шагах воспитателем (он и посредник, организатор, куратор).

Таким образом, задачей воспитателя является создание эмоционально-комфортных условий в группе. Это залог успешности решения всего комплекса образовательных задач, формирования эмоциональной сферы детей и благополучной адаптации детей.

Совершенствование работы с детьми при адаптации к условиям ДОО

Цель – проведение работы с детьми и родителями с целью благополучной адаптации ребенка к детскому саду.

Задачи:

1) создание в группе условий для успешной адаптации ребенка (оформление группы, приемной);

2) подбор и проведение различных занимательных игр и упражнений, которые способны вызвать заинтересованность детей, развить их уверенность в себе.

В основе становления человека заложен инстинкт самосохранения. Условия безопасности очень сильно влияют на становление личности человека.

Ребёнок, придя в детский сад, в первую очередь ожидает опасность. Новая незнакомая обстановка, чужие люди, определённые правила - все, что незнакомо, вызывает страх. У ребёнка срабатывает механизм защиты: агрессия, крик, ступор. Только оценив то, что вокруг него безопасно, ребёнок включается в жизнь детского сада, группы. Поэтому необходимо создать условия для того, чтобы ребёнок не ощущал угрозы. Для этого с помощью воспитателя и его помощника эстетически оформлена приемная группы. На подоконниках расставлены цветы, помимо лавочек у шкафов детей, выставлены небольшой диван и журнальный столик, вешена картина, на шкафчике оформлена композиция с куклами. Все это призвано создавать ощущение комфорта, мягкости.

В группе создана такая обстановка, которая обеспечивает познавательную активность ребёнка: здесь красочно оформлен уголок парикмахера, магазин, кафе под уютным зонтиком, доступны различные конструкторы и игрушки - это путь к развитию самостоятельности. Чем больше у ребёнка инициативности, тем лучше он развивается и адаптируется к новым условиям. Отношение воспитателя к вновь прибывшим детям дружелюбное, так как если ребёнок видит, что воспитатель открыт, улыбочив, он идёт к нему с доверием.

Кроме этого, подобраны игры, так построены занятия, организована смена деятельности и режимных моментов, чтобы дети не поняли, что ими командуют, подавляют их волю, а наоборот заинтересовались, увлеклись,

удивились, забыли про настороженность, про маму и папу, про свою неуверенность.

В период адаптации использовано большое количество различных занимательных игр и упражнений, которые помогли снять у ребёнка стресс, неуверенность, помогли ребёнку раскрепоститься.

Использование куклотерапии.

Цель: снять неуверенность у ребенка, помочь ему раскрепоститься. В группе можно использовать куклу в рост ребёнка. Дети, особенно замкнутые, неуверенные, с неустойчивой нервной системой лучше доверяются сначала кукле, а потом уже идут на контакт и со сверстниками и с воспитателями. Также в период адаптации можно использовать безобразные куклы-игрушки, куклы с непрорисованным лицом. Они помогают отождествлять их с конкретным образом (мамы, папы, подружки).

Если ребёнок никак не хочет воспринимать взрослого, встречающего его в детском саду, то можно выступить в роли бабушки - загадушки, одетой в яркий цветастый сарафан, с весёлым улыбчивым лицом. (Эту куклу на себя может одеть и мама).

Весёлая и грустная кукла. Ребёнок сам выбирает с кем играть, веселиться, утешить, поделиться чувствами.

Хорошо использовать в течение дня широкую юбку с клиньями. Каждый клин юбки решает свою определённую задачу (шнуровка, цвет, форма, пристёжки, замочки, бантики, пирамидки на липучках и т.д.).

Дети очень любят играть с дидактическими кубиками (каждая сторона мягкого кубика также решает свою задачу - пристёжки, кармашки, шнуровки и т.д.).

В период адаптации проводятся различные гимнастики, физминутки, подвижные игры, упражнения для закаливания.

Например, при переходе от одного режимного момента к другому, чтобы организовать, собрать детей, удержать их внимание, используют интересные

упражнения для пальчиковой гимнастики: «Шарик», «Флажок», «Гуси», «Семья», «Сорока - белобока» и другие.

Утреннюю гимнастику проводить в игровой занимательной форме, чтобы ребёнок вошёл в какой-либо образ - кошечки, собачки, медведя и другое.

Такие упражнения, как «Мыльные пузыри», «Листопад», «Вьюга», «Птички» - не только повышают настроение ребёнка, но и учат правильно дышать.

В тёмное время суток, зимой можно зажечь свечку. Дети заинтересованы, зачарованы пламенем, а для них это зрительная гимнастика. Для гимнастики для глаз можно использовать и куклу с подвижными глазами (кукла глазки закрыла и дети тоже).

Детям очень нравится сказка о весёлом язычке, целью которой было увлечь ребенка, отвлечь его от мыслей о маме, доме. Здесь широко используется *метод импровизации*. Детям можно рассказать любую весёлую историю про язычок. Они с удивлением осознают, что и у них (а не только у воспитателя) есть домик, в котором живёт весёлый язычок, любопытный и шаловливый, который то прячется в свой домик, то снова выглядывает из него. С каждым разом упражнения усложняются.

Широко используются коврики с пуговицами - дети ходят по ним после сна, играют на них в течение дня.

Решая задачи адаптационного периода, используя различные занимательные игры и упражнения, дети оздоравливаются и закаляются, это отличная подготовка к следующим, более сложным упражнениям и занятиям. Адаптация в таких условиях проходит легко и быстро, тревожность детей уходит.

Таким образом, поступление ребенка в детский сад является особым периодом жизни для всей семьи: и для ребенка, и для родителей. Для малыша - это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить. Ему предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он

привык в семье. Четкий режим дня, отсутствие родителей, как правило, иной стиль общения, необходимость общения со сверстниками, новое помещение - все эти изменения создают для ребенка стрессовую ситуацию. Эти новые факторы вызывают у малыша защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими.

И педагоги, и родители должны понимать, насколько ответственен момент адаптации ребенка к условиям детского сада и насколько серьезные последствия для здоровья ребенка он может спровоцировать.

Положения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования акцент делают на создании наиболее благоприятных для ребенка психолого-педагогических условий, где особое внимание уделяется условиям взаимодействия педагога и ребенка.

Таким образом, привыкание ребенка к детскому саду будет максимально безболезненным, при использовании комплексного подхода к решению проблем адаптации каждого малыша. С уверенностью можно сказать, что те условия, которые создаются в ходе адаптационного периода, помогут безболезненно приспособиться малышам к новым жизненным условиям и будут способствовать формированию положительного отношения детей и родителей к дошкольному учреждению.