Консультация для педагогов
«Адаптация детей в раннего возраста»
(составила воспитатель Аксёнова М.И.)

Что же такое «адаптация ребёнка к детскому саду» и как сделать так, чтобы она прошла наиболее безболезненно для ребёнка? Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке, а для ребёнка детский сад, несомненно, является новым, ещё неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка: от сложившихся семейных отношений; от условий пребывания в детском саду - т.е. каждый ребёнок привыкает по - своему.

У детей в период адаптации могут нарушаться: аппетит; сон; эмоциональное состояние. У некоторых детей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например: дома просился на горшок – в детском саду этого не делает; дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит: к снижению иммунитета; к ухудшению физического развития; потере веса иногда к заболеванию.

В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать нежелание идти в детский сад. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в саду приводит к тому, что ребёнок становится: более возбудимым; ранимым; обидчивым; плаксивым - стресс истощает защитные силы организма и ребёнок чаще начинает болеть.

Выделяют три степени адаптации:

1. лёгкая
2. средняя
3. тяжёлая

При лёгкой адаптации отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время ребёнок: плохо спит; теряет аппетит; неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям всё нормализуется. Ребёнок, как правило не заболевает в период адаптации.

При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребёнка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

Самой нежелательной является тяжёлая адаптация, когда эмоциональное состояние ребёнка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев). В этот период ребёнок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Тяжёлая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.

В среднем адаптация у детей раннего возраста длится 2-3 недели. Большие трудности в этот период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, причины, тормозящие образованию у ребёнка умений контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни, он будет негативно относиться к воспитателям и няне.

Плохо приспосабливаются дети к коллективной жизни, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского «нельзя».

Общая задача воспитателей и родителей – помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего, необходимо максимально приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду.

Группа комплектуется постепенно, поэтому персоналу легче уделять больше внимания новичку. Но первые дни лучше оставлять ребёнка на 1-2 часа увеличивая постепенно

время пребывания до обеда, до полдника, а затем и до вечера. Чем быстрее ребёнок почувствует доверие к воспитателям, няне, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесёт перемены в своей жизни - разлуку с мамой. Выработка единых требований к поведению ребёнка, в детском саду и дома важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.

Поэтому воспитатель и психолог детского сада должны помочь ребёнку адаптироваться к новым условиям. Важно дать конкретные рекомендации родителям, как они должны подготовить ребёнка к новому быту. 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, интонацией, проявлением заботы к каждому ребёнку.

Основная задача игр с детьми в адаптационный период – наладить доверительные отношения с каждым ребёнком, подарить минуты радости малышам, вызвать положительное отношение к детскому саду. В данный период нужны и индивидуальные, и фронтальные игры, чтобы ни один ребёнок не чувствовал себя обделённым вниманием.

Цель игр — это не развитие и обучение ребёнка, а эмоциональное общение, налаживание контакта между ребёнком и взрослым.

Варианты игр проводятся в такой последовательности:

-знакомство;
-игры с использованием игрушек и предметов;
-контакт руками / телесный контакт.

Примерные игры в адаптационный период с детьми 2 – 3 лет.

Игры для налаживания контакта с ребёнком. Они способствуют:
- установлению доверительных отношений с педагогом;
- развитию искусства общения, как с педагогом, так и со сверстниками;
- познанию окружающего мира;
- развитию умения управлять своими чувствами;
- снятию эмоциональной напряжённости.

Чем разнообразнее и интереснее игры, тем богаче и шире становится окружающий мир для детей. Педагог, в процессе игровой терапии, не должен настаивать на каких либо действиях детей, менять их поведение.

Воспитанники должны получать эмоциональную поддержку взрослого в воплощении своих фантазий. Только в этом случае игры будут полезны для гармоничного развития детей.

Разработка системы игр и игровых упражнений, подбор игрового материала позволяет педагогам положительно улучшить адаптационный период детей к условиям детского сада.

Игры способствуют снятию эмоционального напряжения, снижению чувства страха у детей, развитию уверенности в себе. Дети получают массу положительных эмоций, создаётся положительная атмосфера сотрудничества с взрослым.

У воспитанников младшего дошкольного возраста формируется положительная установка и появляется желание идти в детский сад!

Рекомендации для воспитателей:
- любите детей и относитесь к ним как к своим;
- помните об индивидуально-психологических особенностях развития каждого ребёнка;
- приобщайте ребёнка в доступной форме к социальным и нравственным нормам;
- необходимо наладить контакт с родителями детей, поступающих в дошкольное учреждение;
- проводите консультации и беседы с родителями, знакомьте с режимом дня детского сада, с требованиями к ребёнку;
- узнайте о привычках и интересах детей;
- проводите родительские собрания до поступления детей в детский сад.

В своей работе воспитатели должны использовать анкетирование, папки-передвижки, наглядные формы педагогической пропаганды (стенды), консультации для родителей, беседы с родителями, родительские собрания.

Таким образом, совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей является залогом успешной адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения. И важным фактором, влияющим на характер поведения ребёнка в процессе привыкания, является личность самого воспитателя, который должен любить детей, быть внимательным и отзывчивым по отношению к каждому ребёнку, уметь привлечь его внимание. Воспитатель должен уметь наблюдать и анализировать уровень развития детей и учитывать его при организации педагогических воздействий, должен уметь управлять поведением детей в сложный для них период привыкания к условиям детского учреждения.