Тема: Адаптации детей 2-3 лет к условиям дошкольного образовательного учреждения

Автор: Попова Светлана Викторовна

Должность: воспитатель

Организация: МАДОУ – детский сад № 209

Город: Екатеринбург

Дошкольное образовательное учреждение – это новая ступенька в развитии ребенка. Для ребенка детский сад несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями, где ему приходится адаптироваться. Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке. На процесс адаптации ребенка в детском саду влияют его психофизиологические и личностные особенности, сложившиеся отношения в семье. Несомненно каждый ребенок привыкает к детскому саду по-своему. Однако можно отметить некоторые закономерности. Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:

1. Тревога, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных,  но чужих людей) и режима (ребёнку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. 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 истерики и нежелание идти в дошкольное образовательное учреждение). Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в дошкольном образовательном учреждении. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в саду приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма.

2. Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

3. Избыток впечатлений. В дошкольном образовательном учреждении малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

Процесс адаптации ребенка к детскому саду можно разделить на три типа.

Легкая адаптация. Почти половина детей составляет самую благополучную группу - они посещают детский сад более или менее с желанием. Обычно период адаптации составляет 3-4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не часто болеет.   
Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.

Средняя степень адаптации. В эту группу попадают дети без нервных расстройств. Ребёнок легко вступает в контакт с другими детьми и воспитателем. На замечания и поощрения реагирует адекватно, однако может нарушать установленные правила и нормы поведения. При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и нередко во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений.

Тяжелая степень адаптации характерна для детей, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Может возникнуть регресс (обратное развитие), недержание мочи, короткие вспышки температуры (адаптационные свечи); бывают сложные психические реакции организма (например; ложный круп, обмороки, сыпь). Это наиболее неблагоприятный вариант. Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей (в худшем случае с ребёнком вообще не удаётся установить контакт). Ребенок может впадать в оцепенение или наоборот бурно и агрессивно реагировать на любую попытку контакта. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается. Бывают случаи навязчивого поведения. Так малыш может все время ходить за няней или воспитателем, постоянно спрашивая с плачем: «Мама придет?», или раскачиваться на стуле, впадая в состояние оцепенения. Hо, постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома и правильного поведения родителей. Поэтому детей с тяжелой адаптацией, которую обычно прогнозируют у ребенка еще в детской поликлинике, желательно не отдавать в два-три года в сад, а по возможности немного позже, по мере совершенствования их адаптационных механизмов.

Мальчики более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Актуальность проблемы адаптации обуславливается тем, что прежняя система взглядов на воспитание детей раннего возраста не соответствует современным представлениям о целях и задачах дошкольной педагогики. Переход от старой системы воспитания требует разработки новых педагогических принципов, методов и технологий работы с детьми, составной частью которых являются разработки системы комплексной помощи сопровождения адаптации ребенка к дошкольному учреждению. Несомненная значимость данной проблемы послужила основанием для разработки проекта по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

В детском саду необходимо создавать условия для организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

В рамках работы с родителями необходимо проводить:

- анкетирование (выявление особенностей ребенка, его интересов);

- беседы и консультации с родителями на тему адаптации;

- родительские собрания;

- мастер – классы родителя и ребенка;

- конкурсы совместно родитель + ребенок.

Для продуктивного процесса адаптации ребенка к условиям детского сада важно, что воспитатель проводил с родителями беседы, консультировал их. Рекомендации могут быть следующего порядка:

Внушать ребенку, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день сразу, как можно раньше забирайте домой. Начинать посещение ДОУ по алгоритму, предложенному специалистами.

Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Щадить его ослабленную нервную систему. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему ребенка.

На время прекратить походы в общественные заведения, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

Не кутать своего ребенка, а одевайте его так, как необходимо, в соответствии с температурой в группе. Посоветоваться с воспитателями, они подскажут, как лучше одевать ребенка.

Создайть в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не наказывать ребенка за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.

При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше, чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Например, нужно стараться первое время одевать его в знакомую одежду, дать с собой в садик любимую игрушку. Если ребенок сильно скучает, облегчить его состояние сможет фотография мамы в шкафчике для одежды или под подушкой его кроватки, тому же самому может послужить какая-то небольшая вещь мамы, например: ее шарфик или платочек.

В первое время ребенок может сильно уставать в детском саду: новые впечатления, новые друзья, новая деятельность, большое количество народа. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это еще не значит, что его адаптация проходит тяжело. Просто необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму.

Воспитателю необходимо создать такие условия, чтобы родители поддерживали отношения с ним и с другими родителями.

Родители должны помнить, что с началом посещения детского сада ребёнок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому нужно стараться уделять больше внимания ребёнку дома, читать, играть, смотреть вместе мультики, делать домашнюю работу. Подчеркивать, каким большим и умелым стал ребенок после того, как пошел в детский сад, каким он стал сильным, смелым и умным, как многому он учится каждый день в детском саду. Нужно быть нежнее, терпеливее и доброжелательнее. И, скорее всего, стресса, связанного с поступлением в детский сад, удастся избежать.

Как не надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад:

* В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде или обсуждать связанные с ним проблемы.
* «Наказывать» ребенка детским садом и в числе последних забирать его домой.
* Мешать его контактам с детьми в группе: значимый взрослый, оставаясь в группе наблюдать за своим ребенком порождает ситуацию двойственности, которая усугубляет в ребенке качество нерешительности и препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.
* Наказывать за детские капризы.

Обратить внимание: если ребенок капризен и своеволен лишь тогда, когда ему действительно ничто не угрожает. Балуясь, он испытывает и себя, и мир на прочность, он определяет до каких допустимых границ могут простираться его действия в этом мире. При малейшем страхе, намеке на опасность он бежит искать защиты и помощи у взрослых, становясь образцом послушания. Это - признание своей ошибки и просьба о помощи. Ведь своего опыта еще нет. Требуется грамотная помощь взрослых: в трудной ситуации - дать образец новой формы поведения в изменившихся условиях

В период адаптации к условиям детского сада ребенок знакомится с педагогом, с другими детьми, с игрушками в группе. Задача воспитателя способствовать снятию эмоционального напряжения и тревожности в течение дня.

Профилактика стресса реализуется посредством пальчиковых игр и упражнений; театрализованных представлений, сказок и потешек; составления фотоальбома с фото семьей и хранения его в уголке; «уединения» ребенка; создания «Экрана настроения» (ребенок выбирает смайлик по настроению и вешает на экран); слушания детской спокойной музыки перед дневным сном, слушания сказок или колыбельных песен; релаксационных игр (за основу упражнений по релаксации берутся приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению); использования воды, песка. Также важно разрешить ребенку принести любимую игрушку или вещь с собой в детский сад.

При правильно созданных условиях в детском саду адаптационный период для детей сокращается. Улучшается психо-эмоциональное состояние детей.

Список использованной литературы:

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие / Авт.-сост. Белкина Л. В. – Воронеж “Учитель”, 2006. – 236 с.

2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребёнка. Москва: изд. ЛИНКА ПРЕСС, 1993. –110с.

3. Белобрыкина О.А. речь и общение. Популярное пособие для родителей и педагогов-Ярославль: «Академия развития»,1998г.

4. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. /Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001

5. Из детства – в отрочество: программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет / [Т.Н.Доронова, Л.Н.Галигузова, Л.Г.Голубева и др.].– М.: Просвещение, 2007. – 303с.

Электронные ресурсы:

1. <http://www.maam.ru/detskijsad/proekt-po-adaptaci-detei-k-dou.html>.
2. <http://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/5626-proekt-moi-pervye-shagi.html>.