

Консультация для родителей **«Особенности адаптации детей к дошкольному учреждению»**

Дошкольный возраст – уникальный, самоценный и важнейший период становления человека и его здоровья. Первые годы жизни ребёнка - важный этап в его формировании. Каким будет взрослый человек по своим физическим и умственным способностям, нравственным качествам, в большей степени зависит от этого периода. Педагоги должны стремиться к тому, чтобы система воспитания маленьких детей была ориентирована в первую очередь на личностные, индивидуальные, возрастные особенности ребёнка. Это значит, что взрослые в процессе общения с ребёнком обеспечивают ему:

- чувство психологической защищённости;
- доверие к миру;
- эмоциональное благополучие;
- формирование базиса личностной культуры;
- развитие его индивидуальности.

Нужно обеспечить ребёнку широкие возможности пользоваться каждым из пяти чувств: он должен видеть, слышать, трогать руками, пробовать на вкус, обонять различные предметы окружающего мира – как можно шире и разнообразнее.

Общеизвестно, что для многих родителей проблема адаптации ребенка к дошкольному учреждению стоит достаточно остро. По мнению Е.В. Жердевой, поступление ребёнка в дошкольное учреждение – процесс сложный и для самого малыша и для родителей. Для ребёнка это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить. Малышу предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он привык в семье. Четкий режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, контакт со сверстниками, новое помещение – все эти изменения создают для ребёнка стрессовую ситуацию. Все это может вызвать у малыша защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими. И педагоги, и родители должны понимать, насколько ответственен момент выхода ребёнка в детский сад, насколько серьёзные, хотя и не сразу бросающиеся в глаза последствия он может иметь. Чтобы привыкание ребёнка к детскому саду было максимально безболезненным, необходим комплексный подход к решению проблемы адаптации. Все это определяет актуальность данной темы.

Особенности адаптационного периода.

Детский сад-это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Адаптацией принято называть процесс вхождения ребёнка в новую для него среду и болезненное привыкание к её условиям.

Проблема адаптации детей в дошкольном учреждении занимает умы научных и практических работников. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать как процесс или приспособление функций организма ребёнка к условиям существования в группе. Общая задача педагогов и родителей - помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. На пути реализации возникают различные трудности:

Отсутствие необходимых для современной семьи разнообразных знаний: медицинских, педагогических, психологических, юридических и т.д.;

В образовании родителей детский сад должен выступать фактором поддержки социальной грамотности и компетентности. Но одной из распространенных трудностей является то, что воспитатель может быть профессионалом в своей области, но не уметь передать свои знания;

Мотивы и потребности в обучении у родителей и воспитателей разные;

Воспитатели невысоко оценивают педагогическую компетентность родителей. Свою помощь родителям персонал видит в следующем: советы, собрания, рекомендация литературы и т.д. Таким образом, взаимодействие родителей и воспитателей сводится к взаимно вежливым, односторонне обучающим отношениям между семьей и детским садом.

Расхождения в требованиях взрослых и стилях взаимодействия между ребёнком и взрослым в детском саду и дома.

Значение адаптации для здоровья ребёнка

Ребёнок, переходящий в новые условия жизни в дошкольном учреждении, переживает стрессовое состояние; у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции (можно, нельзя), напряженное состояние, ребёнок попадает под целый комплекс воздействий. Возникает синдром адаптации, т.е. скопление неизвестных воздействий, что вызывает у него страх, отрицательные эмоции. А сочетание отрицательных симптомов рассматривается в медицине как заболевание «тоска по дому» - так называли адаптацию в прошлом (это состояние ещё в 1848 году было описано). Именно в том, как организм ребёнка выдерживает приспособление к окружающей среде, и заключается значение адаптации для его дальнейшего здоровья и самочувствия в новых условиях. Период адаптации, в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в его жизни. Взрослые в семье понимают, что адаптационный период – один из самых сложных в жизни ребёнка. Все охают и ахают, причитывают и волнуются за него, но не более того. В один из дней приводят в детский сад и оставляют одного среди незнакомых взрослых и в незнакомой обстановке. Попробуйте посмотреть на все происходящее глазами ребёнка. В первый день пребывания в абсолютно новом окружении малышом владеют два чувства: любопытство и страх. Первое время в детском саду самое тяжелое. Ребёнок в период адаптации – живая модель стрессового состояния. Стресс- это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим.

Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов:

Подготовительный - его следует начинать за 1-2 месяца до приема в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

Основной (на этом этапе в работу включается педагог) т.к. главная задача этого этапа - создание положительного образа воспитателя. В этот период родители должны установить с воспитателем доброжелательные отношения, рассказать воспитателю об особенностях своего ребёнка. Имея полную информацию о ребёнке, воспитатель быстрее поймет его и установит контакт.

Заключительный – ребёнок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день.

Меры, облегчающие адаптацию

В период адаптации необходимо учитывать следующие факторы:

- 1.Состояние здоровья и уровень развития ребёнка.
- 2.Возраст малыша.
- 3.Биологические факторы.

Все эти факторы нужно знать, чтобы облегчить адаптацию ребёнка в детском учреждении.

Адаптационный период считается законченным, если: ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает, вовремя просыпается, играет. Длительность адаптации зависит от уровня развития ребёнка:

- если с ребёнком систематически занимаются дома, то ребёнок растёт общительным и самостоятельным, период адаптации заканчивается за 10-12 дней;

- если у ребёнка слабо развита речь, низкий уровень самостоятельности, он не может обходиться без помощи взрослых ни в игре, ни при кормлении, ни при укладывании на сон, то период адаптации будет проходить сложнее и может растянуться на месяц и более.

Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закрывается дверь за мамой? Почему некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступая в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя «как рыба в воде»? Отрыв от дома и близких людей, встреча с новыми незнакомыми взрослыми могут стать для ребёнка психической травмой. Малыш может это воспринять как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным и мягким. Много здесь зависит от педагогов, берущих на себя ответственность за помощь родителям в психологическом и физическом развитии их ребёнка, за его душевный комфорт, радостное восприятие его нового образа жизни. Необходимо понять, выяснить причины этих различий, понять интересы, стремления каждого поступающего в детский сад малыша, или, говоря словами В.А. Сухомлинского, «проникнуть в духовный мир ребёнка», чтобы правильно и эффективно организовать процесс адаптации в условиях детского учреждения.

Период привыкания ребенка к новым социальным условиям делится на три этапа.

1. Острый период, или период дезадаптации, когда имеется более или менее выраженное рассогласование между привычными поведенческими стереотипами и требованиями новой микросоциальной среды. В это время наиболее выражены изменения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, в речевой активности, игре, имеются изменения в деятельности нервной системы.

2. Подострый период, или адаптация, когда ребенок активно осваивает новую среду, вырабатывая соответствующие ей формы поведения. В это время постепенно уменьшаются изменения в деятельности разных систем. Это происходит не синхронно. Прежде всего нормализуется аппетит (в течение 10-15 дней), но продолжительны нарушения сна и эмоционального состояния, медленнее развиваются игра и речевая активность (40-60 дней).

3. Период компенсации или адаптированности к данным социальным условиям, когда нормализуются все регистрируемые показатели. Характер и особенности течения первых двух периодов позволили классифицировать адаптацию по степени тяжести: легкая, средней тяжести и тяжелая. При этом для детей раннего и дошкольного возраста основными параметрами установления тяжести течения адаптационного периода являются сроки нормализации поведения, частота и длительность острых заболеваний, проявление невротических реакций.

С поступлением ребенка двух - летнего возраста в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение восьми и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни и т.д. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения.

Ребенок должен приспособиться к новым условиям, т.е. адаптироваться. Термин "адаптация" означает приспособление. Как известно, адаптация – это приспособительная реакция, основанная на инстинкте самосохранения предполагает избегания опасных, неблагоприятных для индивидуума ситуаций. Отрыв от семьи, помещение в изолированную детскую среду с одним взрослым, выполняющим функции и воспитателя и надзирателя, да ещё в совершенно незнакомой обстановке, оказывается для ребенка именно такой неблагоприятной ситуацией, наверное, главное, что можем сделать мы взрослые - это создать такие условия в дошкольном учреждении, которые воспринимались бы ребёнком как безопасные. Только чувство защищенности может помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы, позволяющие ему приспособиться к новым условиям.

В разных ситуациях один и тот же малыш может вести себя по-разному, особенно в период адаптации. Даже спокойный и общительный ребенок при расставании с близкими людьми начинает плакать и проситься домой, нелегко привыкает к новым

требованиям. Есть дети, которые уверенно и с достоинством вступают в новое для них окружение детского сада: они обращаются к воспитателю, к помощнику воспитателя, чтобы узнать о чем-нибудь. Другие сторонятся чужих взрослых, стесняются, опускают глаза. А есть и такие дети, которых общение с воспитателем пугает. Такой ребенок старается уединиться, отворачивается лицом к стене, чтобы только не видеть незнакомых людей, с которыми он не умеет вступить в контакт.

Опыт общения ребенка с окружающими, полученный им до прихода в детский сад, определяет характер его адаптации к условиям детского сада. Поэтому именно знание содержания потребностей ребенка в общении является тем ключиком, с помощью которого можно определить характер педагогических воздействий на него в адаптационный период.

Воспитатель должен установить контакт с ребенком в первый же день. Но если у ребенка не сформирован опыт общения с незнакомыми людьми, на все действия воспитателя он реагирует негативно: плачет, вырывается из рук, стремится отдалиться, а не приблизиться к воспитателю. Ему нужно более длительное время, чтобы привыкнуть, перестать испытывать страх перед воспитателем. Нервозность, слезы мешают ему правильно и быстро воспринять заинтересованное, доброе отношение воспитателя.

В таком случае целесообразно разрешить маме побыть в группе. В ее присутствии ребенок успокаивается, страх перед незнакомым взрослым исчезает, ребенок начинает проявлять интерес к игрушкам. Мать должна побуждать его обратиться к воспитателю, попросить игрушку, сказать, какая тетя хорошая, добрая, как она любит детей, играет с ними, кормит. Воспитатель подтверждает это своими действиями: ласково обращается к малышу, дает игрушку, хвалит его костюм, показывает что-то интересное в группе и т.п.

Характеристика форм работы с родителями в адаптационный период.

Для успешной адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Это зависит, прежде всего, от воспитателей, от их умения и желания создавать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Поэтому организация адаптационного периода начинается задолго до 1 сентября.

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

Цель этой работы: развивать педагогическую компетентность родителей, помогать семье находить ответы на интересующие вопросы в воспитании детей, привлекать их к сотрудничеству в плане единых подходов в воспитании ребёнка.

Задачами этой работы являются следующие параметры:

1. Выработать единый стиль воспитания и общения с ребёнком в ДОУ и семье.

2. Оказать квалифицированную консультацию и практическую помощь родителям по проблемам воспитания и развития ребёнка.

3. Сформировать у ребёнка чувство защищённости и внутренней свободы, доверия к окружающему миру.

4. Активировать и обогатить воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

При взаимодействии с родителями необходимо придерживаться следующими принципам:

- целенаправленность, систематичность, плановость;
- дифференцированный подход к взаимодействию с родителями с учетом многоаспектной специфики каждой семьи;
- возрастной характер взаимодействия с родителями;
- доброжелательность, открытость.

Ожидаемые результаты работы с родителями – это явление интереса родителей к работе ДОУ, к воспитанию детей, улучшению детско– родительских отношений; повышение компетентности родителей в психолого- педагогических и правовых вопросах; увеличение количества обращений с вопросами к педагогу , на индивидуальные консультации к специалистам; возрастание интереса к мероприятиям , проводимых в ДОУ; увеличение количества родителей – участников в совместных мероприятиях; рост удовлетворенности родителей работой педагога и ДОУ в целом.

Сотрудничество ДОУ с семьей – это взаимодействие педагогов с родителями, оно направленно на обеспечение единства и согласованности воспитательных воздействий.

Л.В.Белкина предлагает использовать следующие формы работы детского сада с семьей:

- беседы;
- родительские собрания;
- анкетирование;
- посещение на дому;
- выставки;
- папки-передвижки;
- наглядные формы педагогической пропаганды;
- консультации;
- присутствие родителей во время адаптационного периода в группе;
- укороченное время пребывания ребёнка в группе во время адаптационного периода.

В адаптационный период необходимо соблюдать последовательность работы с семьей:

1. Знакомство. Ребенок, поступающий в ГДОУ, совместно с родителями знакомится с группой, условиями пребывания, педагогами. Родителям предлагается совместное

посещение группы в момент организации разнообразной жизнедеятельности. Мероприятия: новоселье, игры, развлечения, ритуалы встреч, прощания, оздоровительные прогулки. Знакомство с детским садом, встречи с сотрудниками.

2. Индивидуальный режим. Для ребенка устанавливается первичный, индивидуальный режим посещения. Лучший вариант включения ребенка в группу детей – это дневная или вечерняя прогулка, где дошкольнику доступны условия игры и совместного общения. Первые несколько дней родителям рекомендовано забирать детей до сна, постепенно по мере социализации личности, время пребывания увеличивается.

3. Наблюдение за адаптацией к среде и заполнение данных. Составление схемы индивидуальной психологической помощи. В группе пребывания детей 3-его года жизни педагогами заполняются адаптационные листы. Заполнение адаптационных листов происходит после 10, 20 и 60 дней пребывания воспитателем на группе.

Степень адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

По истечении периода адаптации на медико-педагогическом совещании ведется анализ степени адаптированности каждого ребенка.

4. Организация диагностической работы. Постепенно, по мере активизации адаптационных возможностей у детей (первичная ориентировка в группе, помещении детского сада, территории, установлению контакта с детьми и взрослыми) педагог совместно с психологом организует диагностическую работу. Диагностика проводится предварительно согласовав с родителями.

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребёнка к ДОО проводится в три этапа.

Использованная литература:

1.Аралова М.А.” Игры с детьми раннего возраста :Методические рекомендации”- М.:ТЦ Сфера .2008.-128 с.(Приложение к журналу «Воспитатель ДОУ»1)

2.Афонькина Ю.А."Психолого-педагогическое сопровождение в ДОУ развитие ребенка раннего возраста" :Методическое пособие.-М.:АРКТИ,2010.-80 с.(Растем умными)

3.Белкина Л.В. ”Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие”- Воронеж "Учитель ",2006.-236 с.

4.Дронь А.В., Данилюк О.Л. Взаимодействие ДОУ с родителями дошкольников. Программа «Ребёнок – педагог – родитель».- ПСб.: ООО «Детство-Пресс»,2011.-196с.

5.Лапина И.В. " Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа , психолого –педагогическое сопровождение , комплексные занятия". Волгоград : Учитель, 2010.- 127 с.