



МБУ ДО «Волосовский ЦИТ»
Муниципальная методическая служба



МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

Выпуск 10

Методические рекомендации педагогической деятельности по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения.

Волосово

2021

Актуальность. Поступление ребенка в ясли вызывает, как правило, серьезную тревогу у взрослых. И она не напрасна. Известно, что изменение социальной среды сказывается на психическом и на физическом здоровье детей.

Особенно уязвимым для адаптации является ранний возраст, поскольку именно в этот период детства ребенок менее всего приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. В этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями.

Изменение условий жизни и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка и от взрослых больших усилий. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение и от того, как организуют период его адаптации воспитатели и родители зависят течение адаптационного периода и дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния ребенка.

Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряженность, беспокойство или заторможенность. Ребенок много плачет, стремится к физическому контакту со взрослыми или, наоборот, раздраженно отказывается от них, сторонится сверстников. Особенности поведения детей в этот период во многом связаны с особенностями их темперамента. Дети с флегматическим темпераментом будут вести себя скорее заторможенно, а дети с холерическим темпераментом, наоборот, будут

излишне возбуждаться. В любом случае социальные связи ребенка могут оказаться очень напряженными, а иногда и полностью нарушенными.

Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне, аппетите. Разлука и встреча с родными протекают очень бурно, экзальтированно: малыш не отпускает от себя родителей, долго плачет после их ухода, а приход вновь встречает слезами. Меняется и активность ребенка по отношению к предметному миру. Игрушки оставляют его безучастным, интерес к окружающему снижается. Падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом.

Данной проблемой занимались такие ученые как: Н.М. Аксарина, К.Ю. Белая, К.Л. Печора, так же исследователи Н.Д. Ватутина, А.И. Захарова, Е.О. Севостьянова, Р.В. Тонкова-Ямпольская и другие.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире. Адаптация является активным процессом, приводящим к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворённость) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в ясли у ребёнка начинается новый этап в его жизни.

Педагоги и родители должны помнить, что упущенное в воспитании малыша ничем потом не восполнишь. *«Ранний детский возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие»*, отмечает В.С. Мухина.

Материалы участников РМО воспитателей групп раннего возраста

Воспитатель МБДОУ «Детский сад №6» г. Волосово – Осипова Светлана Геннадьевна

Вся подробная информация группе <https://vk.com/club208291191>

Планирование работы в адаптационный период

От правильно спланированной работы зависит успешность адаптации детей к новым условиям детского сада. В планировании работы участвуют: заведующая, заместитель заведующего (педагог, старший воспитатель), педагог-психолог, врач-педиатр, медсестра. Каждый участник вносит свой план действий, который важен в работе в пред адаптационный и адаптационный периоды. Поэтому необходимо выделить четыре основные службы, обеспечивающие сопровождение ребенка и его семьи в период адаптации: административная, которая отвечает за работу с педагогами и родителями; психологическая, педагогическая, медицинская осуществляют работу в трех направлениях – с воспитателями, детьми и родителями. Тесное содружество четырех служб несёт положительный результат не только в адаптационный период, но и в

дальнейшей работе, которая обеспечивает благополучие взаимоотношений между дошкольным учреждением и семьями воспитанников.

Прием детей в ДОО необходимо проводить по подвижному графику. Это обеспечивает индивидуальный подход к каждому малышу и возможность семье выбрать удобное время для посещения детского сада. В первые дни ребенок не должен пребывать в группе более 2-3 часов в период бодрствования (прогулки или игры) с 8.00 - 9.00 до 10-11.00 часов.

Постепенно время пребывания ребенка в группе увеличивается. Прием детей осуществляется в зависимости от их возраста, индивидуальных особенностей и сроков комплектования группы. Если группа детей раннего возраста уже начала посещать детский сад, то прием вновь поступающих детей проводится по следующей схеме:

1.1. Учебный план в адаптационный период

Календарный план воспитательно-образовательной работы с детьми раннего возраста в период адаптации к детскому саду

В адаптационный период воспитателям приходится работать в сложном режиме, так как дети пришли в детский сад впервые, и им необходимо уделять много заботы, внимания и любви. Чтобы каждый ребенок чувствовал защиту и заботу со стороны взрослого, важно больше времени проводить с детьми. Если малыш не получит того, что он хочет - теплоты, любви, заботы, то у ребенка появится психоэмоциональное напряжение, и он будет переживать, тосковать, плакать, звать свою маму.

Заранее разработанный в виде таблицы на каждый день настоящий календарный план поможет больше внимания уделять детям раннего возраста в сложный для малышей период.

Задачи:

1. Снятие у детей раннего возраста психоэмоционального напряжения, нормализация мышечного тонуса, улучшения настроения.
2. Укрепить эмоциональные контакты между детьми и взрослыми в период адаптации.
3. Развивать доверие и взаимопонимание между детьми и взрослыми.

Этот календарный план рекомендован только на адаптационный период. В нем описаны игры разной тематики, содержания, подвижности. Они проводятся в совместной деятельности воспитателя с детьми (игры проводятся с одним, с двумя, с небольшой подгруппой детей, в зависимости от разных причин). Предлагается несколько названий игр, но не обязательно строго соблюдать последовательность и перечень игр, ниже можно добавить свои игры. Те игры, которые были проведены, отмечаются «галочкой». Картотеку можно дополнять.

Тематический план мероприятий для детей

	СОДЕРЖАНИЕ	ФОРМЫ РАБОТЫ
СЕНТЯБРЬ	Знакомство детей с детским садом, друг с другом	<p>Игры с воспитателем «Давайте познакомимся», «Назови себя ласково» и др.</p> <p>Игры на развитие коммуникации «Давайте познакомимся», «Клубочек», «Доброе животное»</p> <p>Общение: ситуации «Игрушки, которые живут в нашей группе», «Покажем мишке уголок природы», «В какие игры можно играть в группе», «Как дети полюбили ходить в детский сад»</p> <p>Художественная литература: потешка для новичков «Кто из нас хороший?», стихи А. Барто, С.Я. Маршака и Е. Благининой</p> <p>Элементы театрализованной деятельности «Давайте познакомимся»</p>
	Развитие культурно нормированных, специфических и орудийных действий	<p>Приучение детей к самообслуживанию: показывать, как правильно одеваться, причесываться, держать ложку или чашку, ходить на горшок – путем создания предметной развивающей среды.</p> <p>Соответствующие игры и занятия с разнообразными предметами и игрушками (вкладыши различной формы, кубики, пирамидки, матрешки, совочки и пр.).</p> <p>Игры-занятия «Уложим куклу Катю спать», «Оденем куклу на прогулку», «Научим куклу раздеваться»</p>
	Снятие психоэмоционального напряжения в течение дня	<p>Разминка: «Где же наши ручки?», «Шаловливые ножки»</p> <p>Игры «Медвежонок в берлоге» (развитие дыхания); «Собери мячики» (развитие правильного речевого дыхания) - дети стоят на полу, наклоняясь, делают шумный вдох носом, на выдохе поднимают разбросанные мячики и складывают их в корзинку.</p> <p>Зарядка в стихах «Шел козел по лесу»</p> <p>Подвижные игры «Карусели», «Раздувайся, пузырь», «С кочки на кочку», «Мы топаем ногами», «Курочка и цыплята», «Птички летают»</p> <p>Пальчиковые игры «Где же наши ручки?», «Сорока-ворона», «Утята»</p>

Развитие эмоциональной сферы, коммуникации

Развитие культурно нормированных, специфических и орудийных действий

Снятие психоэмоционального напряжения в течение дня

Дидактические игры

Игры «Давайте познакомимся», «Змейка», «Изобрази героя» (игра-имитация), «Наши герои», «Дождик и солнышко», «Мартышки», «Ладонь в ладонь», «Дотронься», беседа «Что такое хорошо и что такое плохо», ситуации «Попроси игрушку» и «Собачке грустно, у нее нет друзей»

Художественная литература: рассказывание сказки «Колобок», потешка «Водичка серебристая», «Петушок и его семья», рассказывание сказки «Рукавичка», инсценировка «Курочка Ряба», рассказывание сказки «Три медведя», песенка «Все игрушки хороши»

Игры-занятия «Как мы гуляем», «Катя умывается», «Оденем Катю на прогулку», «Как мы помогаем маме», «Как правильно мыть ручки», «Научим Катю раздеваться», «Сделаем Кате комнату», «В гостях у мишки: наводим порядок»

Зарядка в стихах «Гномики»

Разминка: «Где же наши ручки?», «Шаловливые ножки»

Игры «Страшный сон зайчонка» (развитие дыхания) – частое поверхностное дыхание ртом.

«Велосипед» (укрепление мышц ног и брюшного пресса, ритмизация движений в соответствии со стихотворным текстом) – дети сидят на полу, опираясь спиной о стену, и делают движения под стихотворные строчки;

«Солнышко и туча»

Подвижные игры: «Мы топаем ногами», «Солнышко и дождик», «Карусель», «Гуси», «Поезд», «Пузырь», «Журавли – лягушки», «Догонялки», имитация движений животных

Пальчиковые игры: «Наша семья», «На руках у нас 5 пальцев», «Зайчик», «Пальчики здороваются», «Мы считаем»

«Узнай и назови зверей», «Поручения», «Разложи по цвету», «Что делаем сначала, что потом», «Где чей домик», «Что изменилось?», «Узнай по голосу», «Найди предмет по описанию», «Назови животное и как оно кричит», «Найди свою маму», «Кто чем питается»

Н О Я Б Р Ъ	<p>Развитие эмоциональной сферы, коммуникации</p> <p>Развитие культурно нормированных, специфических и орудийных действий</p> <p>Снятие психоэмоционального напряжения в течение дня</p> <p>4. Дидактические игры</p>	<p>Игры: «Зоопарк», «Назови друга ласково», «Добрая нежная рука», «Если «да» - похлопай, если «нет» - потопай», «Что подарить другу», «Я и моя мама», «Как мы веселимся», «Найди отличие», «Кто как ходит», «Играть нужно дружно»</p> <p>Художественная литература: рассказывание сказки К. Чуковского «Федорино горе», чтение стих-я Е. Благиной «Научу обуваться и братца», С. Маршака «Мой веселый, звонкий мяч»</p> <p>Игры-занятия: «Накормим кукол обедом», «Расскажи, что видишь на картинке», «Накроем стол для гостей», ситуации «Маша хочет кушать, тарелка есть, а ложки нет» (предметы-заместители), игра-имитация «Медведь», инсценировка «День рождения Чебурашки»</p> <p>Зарядки в стихах</p> <p>Игры «Покачай игрушку на животике» (развитие дыхания, активизация процесса вдох-выдох) – дети лежат на спине, игрушки помещают на живот, на шумном вдохе поднимают игрушку животом, на произвольном выдохе опускают ее.</p> <p>«Вот как мы умеем!» (массаж всего тела, развитие общей подвижности) – дети лежат на животе, затем крадутся на четвереньках, как «разведчики», «плывут» в воде, «ныряют» в шарики и т.д.</p> <p>Подвижные игры: «Куры и петух», «Солнышко и дождик», «Птички летают» и др.</p> <p>«Что изменилось?», «Чудесный мешочек», «Найди предмет по описанию», «Сложи картинку», «Кто скорее соберет», «Узнай и назови», «Угадай, что звучит», «Чьи дети», «Кто позвал»</p>
Д Е К А Б Р Ъ	<p>Родительское собрание с целью подведения итогов адаптационной работы. Анкетирование родителей.</p>	

Приложения

Приложение 1

Проведение адаптационных мероприятий с учетом режима дня

Утро	Утренний прием
	Зарядка
	Игры с элементами фольклора
	Развивающие игры
	Формирование культурно-гигиенических навыков (прием пищи, одевание, гигиенические процедуры)
	Завтрак
	Игры-занятия, игры-упражнения в группе
	Игровые ситуации, общение
	Подготовка к прогулке
Прогулка	Игры с элементами фольклора
	Сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные, развивающие игры
	Игры с водой и песком
	Наблюдения, развлечения, беседы
	Опыты и эксперименты
	Закаливание: воздушные, солнечные ванны
	Формирование культурно-гигиенических навыков
После сна	Упражнения в постели после сна. Закаливающие процедуры
	Полдник
	Формирование культурно-гигиенических навыков
	Элементы театрализованной деятельности
	Художественно-творческая деятельность
	Игры-инсценировки
	Прогулка
	Игры-драматизации
	Общение детей
Уход по домам	

Примерный адаптационный план на 2 недели

<i>1 неделя</i>	
<i>«Здравствуй, малыш! Я хочу с тобой познакомиться!»</i>	
ПОНЕДЕЛЬНИК	
Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
<ol style="list-style-type: none"> 1. «Зайка хочет с тобой познакомиться» 2. «Зайка, зайка, попляши, у зайки ножки хороши» 3. «На мяч» (дети подходят к воспитателю и берут мяч и бросают его) 4. Игра с пальчиками «Где же, где же наши ручки» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с участком 2. Игры в песочнице «Насыпь песок в ведерки» 3. Подвижная игра «Прятки» (найди зайчика) 4. Игра с ручками «Ладушки – ладушки»

5. «Посмотри, как летит воздушный шарик» 6. «Качели» - покачать тревожного малыша на качелях 7. Музыкальная игра «Колыбельная зайчонка» 8. Игры с образными мягкими игрушками (свободная деятельность детей)	5. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)
---	---

ВТОРНИК

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
1. «Кто у нас красивый?» 2. «В нашей группе много маленьких ребят» 3. «Поиграем с мячом» (дети берут из корзины мячи и бросают их вперед) 4. «Научим зайчика умываться» (потешка «Водичка, водичка») 5. Игра с пальчиками «Кулачки», «Вышли пальчики гулять» 6. Катание машинок за веревочку 7. «Качели» - покачать тревожного ребенка 8. Музыкальная игра «Веселая дудочка» 9. Игры с заводной игрушкой	1. Рассматривание цветов на участке 2. Игры в песочнице «Насыпь песок в формочки» 3. Игра с мячом «Принеси мне мяч» (поручение) 4. Игра «Прятки» (найди зайчика) 5. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)

СРЕДА

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
1. Игра – потешка «Идёт коза рогатая» 2. «Маленькие ножки, шагают по дорожке» 3. Игра «Доброе утро» 4. «Поймай солнечного зайчика» 5. «Полетел мяч далеко, далеко» 6. Пальчиковая игра «Дождик, дождик», «Сорока» 7. Катание машинок за веревочку 8. «Качели» - покачать тревожного ребенка 9. Музыкальная игра «Озорная погремушка» 10. Игры с заводной игрушкой	1. Рассматривание листочков на участке «Посмотри, как листочек летит» 2. Игра «Догони зайчика» 3. Игры в песочнице «Насыпь песок в формочки» 4. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)

ЧЕТВЕРГ

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
1. Игра «Перышки» - посмотри, как перышко летит 2. Игра с пальчиками «Вышли пальчики гулять», «Пальчик – мальчик» 3. Игра «Задень воздушный шарик» - шарики	1. Рассматривание разноцветных листочков, игра «Принеси листок» 2. Игра «Догони мячик и принеси его» 3. Игры в песочнице «Насыпь песок в

<p>повешены на высоту вытянутой руки ребенка</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. «Собери мячи в корзинку» 5. «Пойдем в гости к зайчику» - шагают наши ножки 6. Катание машинок за веревочку 7. Музыкальная игра «Колокольчик» 8. «Горка» - катание малышей с горки 	<p>формочки»</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)
---	--

ПЯТНИЦА

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Погремушка» 2. Игра «Мыльные пузыри» 3. Игра «Ладушки – хлопушки» 4. Игра с пальчиками «Лошадки», «Дружат наши дети» 5. «Перешагни через палочку, подойди к зайчику и погладь его» 6. «Горка» - катание малышей с горки 7. Музыкальная игра «Барабан» 8. «Прокатим зайчика (взять любую образную игрушку) в машине» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наблюдение за солнышком 1. Игра с пальчиками «Дождик, дождик» 2. «Догони мяч и принеси его» 3. Игры в песочнице «Насыпь песок в формочки» 4. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)

2 неделя

«Здравствуй, малыш! Я хочу с тобой дружить!»

ПОНЕДЕЛЬНИК

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
--	-----------------

<p>«Мишка хочет с тобой познакомиться»</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. «В гости к Мишке» - ножками затопали топ-топ, зашагали по полу топ-топ, дети ходят ножками топ-топ, шли-шли и к Мишке пришли (в разных направлениях) 3. «Поиграем с мячом» (по просьбе взрослого дети приносят мяч) 4. Игра «Мишка косолапый» (речевая игра) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наблюдение за солнышком 2. Игры в песочнице «Насыпь песок в формочки» 3. Подвижная игра «Прятки» (найди мишку) 4. Игра с ручками «Где же, где же наши ручки» 5. Свободная деятельность детей (игры с развивающими игрушками)
--	---

5. «Воздушные шарики» (взрослый бросает воздушный шар, дети его ловят)	
6. Игра с пальчиками «Кулачки», «Моя семья»	
7. «Качели» - покачать тревожного малыша	
8. Музыкальная игра « Мячик»	
9. «Катание с горки»	

ВТОРНИК

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
1. Игра «Кто у нас хороший, кто у нас пригожий» 2. Игра «Мишка, мишка попляши (аналогичная игра «Зайка, зайка, попляши!», вместо зайки – мишка) 3. «Веселый паровозик» (речевая игра) 4. Игра с сухим песком (крупой) «Найди игрушку» (дети под крупой или сухим песком находят мелкие игрушки: шарики, кубики или образные игрушки «киндера-сюрприза») 5. Игра с мишкой «Собери шишки (шарики)» 6. Игра «Скати мяч с горки» 7. Игра с пальчиками «Дождик, дождик», «В детский сад идти пора» 8. Катание с горки 9. Музыкальная игра «Юркая юла»	1. Рассматривание листьев, погладить их, подуть на них 2. Игра «Собери листочки» 3. Подвижная игра «Полетел мяч далеко-далеко» 4. Игры в песочнице «Насыпь песок в формочки» 5. Свободная деятельность (игры с развивающими игрушками)

СРЕДА

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
1. Игра «Дети хлопать все умеют» 2. Игра «Мыльные пузыри» 3. «Собери мячи в корзину» 4. Игра «Кукла Катя» (речевая игра) 5. Игра с пальчиками «Ладушки, ладушки», «Из-за леса, из-за гор» 6. Игра «Маленькие ножки» (включить веселую музыку) 7. «Погуляем по дорожкам» (с мишкой) 8. Музыкальная игра «Музыкальные ложки» 9. «Качели» или «Катание детей с горки»	Наблюдение за деревьями (ветер дует, веточки на деревьях качаются) 2. Игра «Собери листочки» (сделать букет из листьев и отнести его в группу) 3. Подвижная игра «Догоним мишку» 4. Игры в песочнице «Наполняем формочки песком» 5. Игры с развивающими игрушками (свободная деятельность детей)

ЧЕТВЕРГ

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка

<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «Доброе утро» 2. Музыкальная игра «Зайка, поскачи» 3. Игра с водой «Вылови игрушки» 4. Игра «Веселый колокольчик» (речевая игра) 5. Игра с пальчиками «Пароход», «Оладушки» 6. Игра «Ты, колечко, покружись» 7. «Гуляем по дорожкам» (вместе с зайкой и мышкой – с мягкими игрушками) 8. Игра «Прятки - найди мышку» 9. Музыкальная игра «Наша песенка простая» 10. «Катание детей с горки» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наблюдение за листопадом 2. Игра «Догони меня» (дети догоняют воспитателя, воспитатель догоняет малышей) 3. Игра «Дети хлопать все умеют» 4. Игры в песочнице «Наполняем ведерки (разной формы) песком» 5. Игры с развивающими игрушками (свободная деятельность детей)
--	--

ПЯТНИЦА

Игры (совместная деятельность воспитателя с детьми)	Прогулка
<ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «В нашей группе, в нашей группе, много маленьких ребят» 2. Игра «Летят листочки» (дети под спокойную музыку гуляют по группе, по сигналу воспитателя останавливаются и приседают) 3. Игра «Перышко» (перышки подвешены на нитке и расположены горизонтально на уровне глаз детей; дети дуют на перышки) 4. Игра «Похлопаем! Потопаем!» (речевая игра) 5. Игра «Погремушечка» 6. Игра с пальчиками «Рыбки», «Этот пальчик в лес пошел» 7. «Перешагиваем палочки, лежащие на полу» 8. Катание детей с горки, «Качели» 9. Музыкальная игра «Самолет» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наблюдение за птицами 2. Подвижная игра «Птицы летают» (дети вместе с воспитателем бегут по участку, останавливаются «машут крылышками») 3. Игра «Собираем листочки» 4. Игра в песочнице «Накладываем песок в кузов машины» 5. Игры с развивающими игрушками (свободная деятельность детей)

Список литературы:

1. Аксарина Н.М. Адаптация детей при поступлении в детское учреждение // Вопросы развития и воспитания детей первых трех лет жизни. – М.: Просвещение, 1972.
2. Большова Т.В. Учимся по сказке. (Развитие мышления дошкольника с помощью мнемотехники). – Санкт-Петербург, 2005. .
3. Волосова Е. Развитие ребёнка раннего возраста (основные показатели). – М.: Линка-Пресс, 1999.
4. Гайлен Х. Тихие упражнения. Из педагогической практики. – М., 1978.
5. Губа Г.И. Комплексные развивающие занятия для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет. Учебно-методическое пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2004.
6. Ильина М.Н. Развитие ребенка. – Санкт-Петербург, 2004.

7. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль: Академия Развития, 1996.
8. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и игровые упражнения для детей третьего года жизни. – М.: Линка-Пресс, 2005.
9. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. – М.: Международная Педагогическая Академия, 1994.
10. Маханева М.Д. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет. – Москва, 2005.
11. Павлова С.В., Савинцева Е.А. Комплексные развивающие занятия для детей раннего возраста. Детский клуб «Умка». – Учебно-методическое пособие. – М.:
12. Романова О. Л. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ (из опыта работы) // Дошкольное воспитание. – 1998. – № 5.
13. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: ООО «Национальный книжный центр», 2012.
14. Хухлаева О.В. Лесенка радости. – М.: Совершенство, 1998.
15. Широкова Г.А. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста. – СПб.: Феникс, 2005.
16. Янушко Е.А. Развитие мелкой моторики рук у детей раннего возраста. – М.: Мозаика-синтез, 2011.

Материалы участников РМО воспитателей групп раннего возраста

Воспитатель МДОУ «Детский сад №28 комбинированного вида» г. Волосово –
Фомичевой Любовь Михайловны

Вся подробная информация группе <https://vk.com/club208291191>

Родительского собрания

на тему «Адаптация детей и взаимодействие ДОО с семьей»

Содержание

Предварительная работа.....	3
1. Актуальность проблемы адаптации	3
2. Адаптация детей и взаимодействие ДОО с семьей	4
2.1. Знакомство родителей и воспитателей (использование игрового метода).....	5
2.2. Доклад воспитателя «Адаптация детей к ДОО».....	5
2.3. Советы для родителей.....	6
2.4. Итог встречи (использование игрового метода).....	7
3. Список литературы.....	9

Предварительная работа.

1. Индивидуальные консультации для родителей на темы: «Адаптация ребенка к ДОУ».
2. Разработка памятки для родителей.
3. Анкетирование родителей.

Актуальность.

Проблема детского сада – хорошо это или плохо, отдавать ребенка или не отдавать – рано или поздно возникает в каждой семье. Актуальность проблемы почти не зависит от уровня благосостояния семьи и от занятости родителей, каждый из которых имеет свой собственный опыт и свое личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Актуальность обусловлена тем, что адаптационный период – серьезное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка, расстройство сна и аппетита.

Задача воспитателя – создать максимум условий для того, чтобы ребенок безболезненно прошел все этапы привыкания к условиям ДОУ.

Тема нашего собрания: Адаптация детей и взаимодействие ДОУ с семьей.

Цель: создание условий для успешной адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ. Повышение уровня психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах эмоционального развития ребёнка.

Задачи:

- 1) создать условия для знакомства родителей друг с другом, способствовать положительному взаимоотношению между ними;
- 2) объединить усилия взрослых для более легкой адаптации детей к ДОУ;
- 3) сформировать у родителей желание помогать своему ребёнку, общаться с ним, уметь правильно реагировать на проблемы (помогать преодолевать их);
- 4) заинтересовать родителей данной проблемой, учить анализировать.

План:

1. Знакомство родителей между собой и воспитателями (использование игрового метода).

2. Доклад воспитателя «Адаптация детей к ДОУ».

3. Советы для родителей.

4. Итог встречи.

Анкетирование родителей (приложение 1,2)

Памятка для родителей (приложение 3)

Ход родительского собрания

Добрый вечер. Мы рады видеть Вас на нашей встрече. Сегодня замечательное событие – первое родительское собрание в Вашей жизни.

Тема нашего собрания: «Адаптация детей к детскому саду». Поступление малыша в детский сад – это его первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами, взрослыми, должны установиться дружеские, партнерские отношения.

Для начала давайте познакомимся. *Знакомство при помощи клубочка!* Обмотайте вокруг пальчика ниточку, представьтесь и передайте клубочек следующему! Посмотрите, пожалуйста, каждый из нас соединен ниточкой, не просто ниточкой, а нитью, которая нас будет связывать на протяжении того времени, которое Ваш малыш будет посещать наш детский сад. Наша нить должна быть настолько прочной, насколько это возможно ради здоровья и счастья наших детей! Думаю, вы со мной согласитесь!

Каждому ребёнку рано или поздно приходится социализироваться, т.е. жить среди других людей. Это необходимый для всех этап.

Уже с первых дней жизни у ребёнка в семье формируются привычки, привязанности, определённое поведение. К 2-3 годам стереотип становится довольно устойчивым. Конечно же, вы очень волнуетесь, как он отреагирует на перемены в его жизни. С какими реальными проблемами, возможно, придётся столкнуться вам и малышу и как сделать процесс адаптации более мягким.

Вопрос к родителям: Кому адаптироваться легче?

1. Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее, за несколько месяцев до этого события (читали сказочные истории про детский сад, гуляли возле сада и прочее).

2. Детям, физически здоровым, т.е. не имеющим хронических заболеваний.

3. Детям, имеющим навыки самостоятельности (не надо тратить силы ребёнка ещё и на обучения всему необходимому).

4. Детям, чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание).

5. Детям, чей рацион питания приближен к саду.

Проходит обсуждение.

Чтобы помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду, призовите на помощь сказку или игру.

Вы можете придумать сказку о том, как Мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неудобно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в ней ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком. Ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент.

Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании.

Вот несколько советов:

1. И дома и в саду говорите с малышом уверенно. Спокойно.
2. Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.
3. Обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда.
4. У вас должен быть свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребёнка, и это испытание для обоих.

У мамы тоже «рвётся сердце», когда она видит, как переживает её малыш.

Важный совет: поверьте, что малыш вовсе не «слабое» создание.

Адаптационная система ребёнка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать. Но:

1. нельзя пугать детским садом;
2. нельзя плохо отзываться о воспитателях или о саде при ребёнке.

Как снять напряжение у ребёнка после детского сада?

1. По выходным играйте с детьми в игры: «Дорога от дома к детскому саду», «Наш дом», «Мамина работа», «Папина работа», «Магазин», «Детский сад».

2. После посещения детского сада наберите в ванну тёплой воды или включите душ, положите ребёнку игрушки дайте губку. Ничего так не успокаивает, как звук струящийся воды.

3. Исключите просмотр вечерних телепередач – мерцание экрана тяжело сказывается на самочувствии малыша, неблагоприятно влияет на нервную систему ребёнка.

4. Прогуляйтесь с ребёнком по территории детского, поинтересуйтесь его переживаниями.

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

Приучайте ребенка к режиму дня.

Приучайте к навыкам самообслуживания.

Главное помните, что это ваш малыш. Больше проводите с ним времени особенно сейчас.

Признаки готовности ребёнка к детскому саду: малыш может остаться без родителей, легко знакомится со сверстниками и взрослыми, проявляет интерес.

Итог собрания. Как бы там ни было, даже при самом благоприятном стечении обстоятельств, перемена в образе жизни при поступлении в сад связана для ребенка с объективными трудностями. Дома он чувствует себя во всех отношениях более комфортно, поскольку условия жизни так или иначе приспособляются к его индивидуальным нуждам. В детском саду, наоборот, надо самому приспособливаться к новым условиям, правилам и требованиям, да к тому же приходится распрощаться со своим привилегированным домашним положением и влиться в среду сверстников.

Даже самый гуманный воспитатель, работающий с небольшой группой детей, не может уделить ребенку такое же внимание, как мама. Родители нередко замечают, что, возвратившись из детского сада, малыш буквально вцепляется в мать, не отходит от нее ни на шаг, пытаясь восполнить накопившийся дефицит близкого общения. Накормленный и ухоженный вдали от дома, он тем не менее «изголодался», и это голод особого рода, который очень трудно утолить. Родителям надо позаботиться, чтобы испытываемый ребенком дефицит не был слишком острым. Если есть возможность, не надо оставлять малыша в саду надолго. А дома надо сторицей восполнять то, чего ребенок был лишен в отсутствие родителей.

Упражнение «Аплодисменты».

Мы с вами сегодня хорошо поработали. В завершении я предлагаю посмотреть на свои ладони и представить на одной УЛЫБКУ, а на другой РАДОСТЬ.

И вот чтобы они не ушли от нас их надо крепко накрепко соединить в аплодисментах. Спасибо!

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в анкетном опросе. Ваши ответы помогут сотрудникам детского сада лучше узнать особенности и желания Вашего ребенка – для создания благоприятных условий его развития.

Ребенок:

Ф.И. _____

Дата рождения _____

Домашний адрес, телефон _____

Мать:

Ф.И.О. _____

Год рождения _____

Образование, специальность, место работы _____

Отец:

Ф.И.О. _____

Год рождения _____

Образование, специальность, место работы _____

Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком) _____

Есть ли в семье другие дети, их возраст, каковы взаимоотношения с ними _____

К кому из членов семьи ребенок больше привязан _____

Часто ли болеет ребенок, какие тяжелые заболевания, травмы перенес _____

Основные виды игр и занятий дома _____

Какие игрушки любит, кто их убирает _____

Охотно ли вступает в контакты, общение (нужное подчеркнуть):

- с детьми своего возраста *да нет*

- с детьми старшего возраста *да нет*

- с незнакомыми взрослыми *да нет*

- с родными *да нет*

Каким Вы считаете своего ребенка (подчеркните): спокойным; малоэмоциональным; очень эмоциональным.

Что умеет делать ребенок самостоятельно _____

Выполнение каких режимных моментов доставляет Вам больше всего трудностей дома (нужное подчеркнуть): подъем, умывание, кормление, укладывание спать, другое (допишите) _____

Какой аппетит у Вашего малыша (нужное подчеркнуть): хороший; ест все; плохо и мало; в зависимости от того, что в тарелке.

Как Вы его кормите дома (нужное подчеркнуть): он ест сам; сначала ест сам, потом докармливаем; чаще его кормят с ложки взрослые; ест аккуратно; не очень аккуратно; мы

добиваемся, чтобы он ел все, что дают; мы разрешаем не есть то, чего он не хочет; пусть ест, сколько хочет; тарелка должна быть чистой.

Как засыпает ребенок дома (нужное подчеркнуть): быстро; медленно; сам; с ним рядом сидит кто-то из взрослых; иногда мочится во сне; раздевается перед сном сам; одевается после сна сам; его раздевают и одевают взрослые.

Спасибо!

Анкета для родителей «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?»
Ф.И. ребенка

<p>1. Какое настроение преобладает у ребенка? а) бодрое, уравновешенное б) раздражительное, неустойчивое в) подавленное</p>	<p>9. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых? а) да б) нет в) иногда</p>
<p>2. Как ребенок засыпает? а) быстро (до 10 мин.) б) медленно в) спокойно г) не спокойно</p>	<p>10. Как играет Ваш ребенок? а) умеет играть самостоятельно б) не всегда в) не играет сам</p>
<p>3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул? а) дополнительные воздействия _____ (какие?) б) без дополнительных воздействий</p>	<p>11. Взаимоотношения со взрослыми: а) легко идет на контакт б) избирательно в) трудно</p>
<p>4. Какова продолжительность сна ребенка? а) 2 часа б) менее часа</p>	<p>12. Взаимоотношения с детьми: а) легко идет на контакт б) избирательно в) трудно</p>
<p>5. Какой аппетит у Вашего ребенка? а) хороший б) избирательный в) неустойчивый г) плохой</p>	<p>13. Отношение к занятиям (внимателен, усидчив, активен)? а) да б) нет в) не всегда</p>
<p>6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок? а) положительно б) отрицательно в) не просится, но бывает сухой г) не просится и ходит мокрый</p>	<p>14. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими? а) да б) нет в) перенес разлуку легко г) тяжело</p>
<p>7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки? а) сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, другие _____ (указать) б) нет отрицательных привычек</p>	<p>15. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых? а) да(к кому?) б) нет</p>
<p>8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками,</p>	

предметами дома и в новой обстановке? а) да б) нет в) иногда	
---	--

Спасибо!

Приложение 3

ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Выделяют следующие степени адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в ДООУ 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 ДООУ. 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 ДООУ. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-ех раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

Чтобы адаптация прошла наименее болезненно, родителям необходимо выполнять следующие рекомендации.

Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад. Например: «Детский сад — это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, приготовить «радостную коробку», выучить имена воспитателей и выучить правила детского сада».

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло — осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.

Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда. Вопросами такого рода вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает

неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу: «Воспитатель не сможет одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома. Например, вы — воспитатель, а медвежонок, за которого вам тоже придется говорить, просит пить. Хорошо, если ребенок захочет быть мишкой или воспитателем в этой игре. Поддерживайте такие игры.

Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребенка и, уж точно, обрадуют других детей. Это могут быть коробочки, с вложенными в них забавными предметами; красивые бумажные салфетки или лоскутки приятной на ощупь ткани; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или бумажную собачку. За лето вы наполните коробку. Тогда осенью, по утрам, вам проще будет отправлять ребенка в сад — с игрушкой веселее идти, и проще завязать отношение с другим ребенком.

Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.

Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

Убедитесь в собственной уверенности, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.

Совершенных людей нет. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда

что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!»

Если через месяц ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те рекомендации, о которых вы забыли.

Материалы участников РМО воспитателей групп раннего возраста

Педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 6» г. Волосово – Белко Татьяна Николаевна

Рекомендации педагога-психолога для воспитателей

на время адаптационного периода детей

- ◆ Необходимо присматриваться к индивидуальным особенностям каждого ребенка и стараться вовремя понять, что стоит за молчаливостью, спокойствием, пассивностью некоторых детей.
- ◆ Исключить интеллектуальные и физические перегрузки.
- ◆ Периодически включать негромкую, спокойную музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательны.
- ◆ Лучшее лекарство от стресса смех, необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся, используются игрушки-забавы, мультфильмы, приглашаются необычные гости: зайчики, клоуны, лисички.
- ◆ Необходимо исключить однообразие жизни детей, т. е. определить тематические дни.
- ◆ Старайтесь не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям в осудительной форме и не разговаривайте с родителями при ребенке.
- ◆ Ежедневно беседуйте с родителями, вселяйте в них уверенность, рассеивайте беспокойство и тревогу за своего ребенка.
- ◆ Организуйте жизнь ребенка в дошкольном учреждении так, чтобы малыш наиболее адекватно, почти безболезненно приспосабливался к новым условиям, чтобы у него формировались положительное отношение к детскому саду и навыки общения.
- ◆ Как правило, дети со слабым типом нервной системы труднее адаптируются к новым условиям. Они чаще заболевают, труднее переживают разлуку с близкими людьми. Случается, что ребенок не плачет, не выражает внешне негативных проявлений, но теряет в весе, не играет, подавлен. Его состояние должно беспокоить воспитателей не меньше, чем тех детей, которые плачут, зовут родителей. Эти дети болезненно переносят любые перемены в их жизни. При малейших неприятностях их эмоциональное состояние нарушается, хотя свои чувства они бурно не выражают. Их пугает все новое и дается оно с большим трудом. В своих движениях и действиях с предметами они не уверены, медлительны. Таких детей к детскому саду следует приучать постепенно, привлекать к этому близких им людей.

- ◆ Воспитатель должен поощрять, подбадривать и помогать им. Игнорирование воспитателем особенностей типов нервной системы ребенка в период адаптации к дошкольному учреждению может привести к осложнению в его поведении. Например, строгость к детям неуверенным, малообщительным вызывает у них слезы, нежелание находиться в детском саду. Резкий тон обращения вызывает у легковозбудимых детей излишнее возбуждение, непослушание.
- ◆ Поведение ребенка под влиянием сложившихся привычек также приобретает индивидуальный характер. Если он не умеет, есть самостоятельно, то в детском саду отказывается от еды, ждет, чтобы его накормили. Так же, если не знает, как мыть руки в новой обстановке сразу плачет; если не знает, где взять игрушку тоже плачет; не привык спать без укачивания плачет и т.д. поэтому очень важно знать привычки ребенка, считаться с ними, а плохие постепенно исправлять. Незнание привычек ребенка значительно осложняет работу. Педагогические воздействия становятся стихийными, нецеленаправленными и часто не дают необходимого результата. Все привычки и навыки каждого вновь поступившего ребенка сразу узнать трудно, да они и не всегда проявляются в новых условиях.
- ◆ Воспитателю необходимо помнить, что ребенок, имеющий необходимые навыки, не всегда может перенести их в новую обстановку, ему необходима помощь взрослого. В домашних условиях ребенок привыкает к характеру применяемых педагогических воздействий, выраженных не только спокойным ровным тоном, но и в тоне строгой требовательности. Тем не менее, строгий тон воспитателя или няни может вызвать испуг. И наоборот, ребенок, привыкший к громким раздраженным указаниям, не всегда выполнит тихие спокойные указания воспитателя.
- ◆ 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.

Только чувство защищенности может помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы, позволяющие ему приспособиться к новым условиям.

Консультация для воспитателей

«Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада»

В каждом детском саду есть уже свой отработанный алгоритм адаптации ребенка. Чаще всего малыш привыкает к новой жизни по такой схеме: чтобы ребенку было проще познакомиться с воспитателями и другими детьми, мама приводит его несколько раз на дневную и вечернюю прогулку. Очень важно, чтобы ребенок видел, как родители приходят за детьми;

- первую неделю малыша приводят к девяти часам, чтобы он не видел слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамой. Желательно, чтобы ребенок был накормлен, потому что многие малыши отказываются кушать в непривычной для них обстановке;

- первую неделю мама находится в группе вместе с малышами, чтобы он чувствовал себя спокойнее. После утренней прогулки мама забирает ребенка домой;

- вторую неделю малыш остается в группе в течение такого же времени, что и в первую, но уже без мамы. Мама приходит к концу утренней прогулки, и ребенок обедает в ее присутствии;

- третью и четвертую неделю ребенок уже может остаться на дневной сон. Родители могут забрать его сразу, как только он проснется.

По тому, как дети приспосабливаются к садику, их можно разделить на три основные группы.

Тяжелая степень адаптации – дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Это наиболее неблагоприятный вариант.

Поведение ребенка:

Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей (в лучшем случае с ребёнком вообще не удаётся установить контакт). Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей. Очень часто родители находятся в слиянии с ребёнком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Но постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист!

Средняя степень адаптации – в эту группу попадают дети без нервных расстройств – они в детском саду «всего лишь» начинают часто болеть. Еще бы, происходит «обмен» всевозможными инфекциями. Подобную «прививку» могут выдержать далеко не все дети – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш ваш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться вашему ребенку и в дальнейшем, когда он переступит порог школы.

Поведение ребенка:

Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

Легкая адаптация – наконец, почти половина детей составляет 29Амую благополучную группу – они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Обычно период адаптации составляет 3-4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Поведение ребенка:

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, например, понарошку кормит куклу, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего – полмесяца.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному ребенку на адаптацию потребуется всего неделя, а другому – целый месяц. Продолжительность привыкания зависит от многих факторов. Надо учитывать темперамент малыша, его состояние здоровья, какова обстановка в семье и даже то, насколько готовы к этому важному этапу сами родители. Некоторые дети в первые дни проявляют нешуточную агрессию: царапаются, кусаются, бросаются на пол, с яростью швыряют предлагаемые игрушки. Иногда бывает все наоборот: малыш после расставания с мамой замыкается в себе и, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживает рыдания; сидит, уткнувшись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Так что родители должны быть готовы ко всему.

Чтобы более детально и как можно объективнее судить об этом этапе, психологами был специально разработан ряд необходимых показателей, достаточно информативно

характеризующих особенности поведения и проявление эмоций у ребенка, адаптирующегося к новому организационному коллективу, и эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад.

Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад:

Отрицательные эмоции – как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу.

Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть, и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы, о сне вообще не стоит говорить... И вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая «белку в колесе». Как вихрь вырывается из рук нянь или воспитателей и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по нескольку раз в день.

Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что на какое-то 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 – обычный спутник отрицательных эмоций, их «сослуживец», «компаньон» и «друг». Навряд ли вам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь ваш 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. 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. Малыш боится, что вы предали его, что не придете за ним вечером, чтобы забрать домой... Малыш боится... Очень часто мы невольно сами провоцируем его глобальный страх. И этот страх –

источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.

Гнев: Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент 31Алыш ваш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту. В период адаптации ребенок похож на «ахиллесову пяту» и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождаемая им агрессия способны разгореться, даже если нету искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.

Положительные эмоции – противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто «опьянен» ориентировочной реакцией на «прелесть новизны». Чем легче адаптируется ваш ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего ребенка адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные «лекарства», вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.

Социальные контакты. Уже в три года ваш малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта. Коммуникабельность ребенка – это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводят лишь в «гордом одиночестве». На смену этой «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность», означающая то, что ваш ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт с взрослыми людьми.

Однако эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не направлена на улучшение общения с людьми, особенно со сверстниками. В такой момент малыш обычно, плача, подбегает к воспитательнице, хватая ее за руку, пытается тянуть к входной двери и молит, чтобы она отвела его домой. Малыш готов пойти на компромисс с заведующей или няней, он даже молит медсестру... пусть не домой, но только чтобы увели его из группы, чтобы забрали поскорей от этих не умеющих вести себя детей. Нет, он не хочет и не может дружить с ними. Насколько проще было дома, когда он проводил все дни один.

Как только ваш малыш сумеет наконец наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль – и это будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации у вашего ребенка.

Познавательная деятельность – обычно верный «друг» всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. В три года эта деятельность тесно связана с игрой. Поэтому

малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Ваш «почемучка» словно в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако как только он проснется, или, в конце концов, вы все-таки «разбудите» его, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.

Социальные навыки. Под прессом стресса ваш малыш обычно изменяется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Все это вызывает частые насмешки у детей и недовольство воспитателей, как правило, считающих, что ваш малыш совсем не подготовлен к саду. Его приходится кормить из ложечки и умывать, как младенца. Он «не умеет» одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Ну, словом, маленький дикарь. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, при разговоре с вами лишь употребляя младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. И предложения из многосложных стали односложными. В ответах на вопросы – «телеграфный стиль». Такая речь – итог тяжелой адаптации. При легкой – она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

Двигательная активность. Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако постарайтесь все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

Сон. Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как «ванька-встанька». Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но сон навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Как будто бы он смотрит сон свой в телевизоре, где ясно видит, что с ним происходит. Однако фильм имеет только страшное начало, конец малыш боится посмотреть. И чтобы его действительно не видеть, в испуге, плача, прерывает сон. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ваш ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку.

Гораздо реже ваш малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест не меньше, чем Гаргантюа, пытаясь своим «волчьим» аппетитом хоть как-то удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.

На фоне стресса ваш ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не только восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться.

ИГРЫ С ДЕТЬМИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ

Адаптация ребенка к новым для него условиям среды — тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и возможно, приводящий к стрессу. Поэтому, сгладить процесс адаптации малыша, впервые пришедшего в детский сад, поможет правильно организованная игровая деятельность, направленная на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый», «ребенок – ребенок», включающей игры и упражнения.

Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к взрослому, а также сплочение детского коллектива. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

Преимущества игры перед другими средствами:

- позволяет маленькому ребенку ощутить себя «всемогущим»;
- помогает познать окружающий мир, развить самоуважение,
- развивает искусство общения;
- помогает управлять своими чувствами;

- дает возможность переживать массу эмоций.

Являясь одной из граней окружающего мира, игра влияет на развитие памяти, мышления, внимания, речи, происходит усвоение в ней социальных и нравственных норм. Одновременно игра является сильнейшим эмоциональным фактором, центром эстетических переживаний, средой формирования волевых качеств и коммуникативных навыков. Важно, что традиционная игра вносит много нового во взаимоотношения между детьми и взрослым, побуждает их к сотворчеству, благоприятно сказывается на психической и эмоциональной сферах тех и других.

Требования к играм, проводимым в адаптационный период:

- они должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием;
- не должны быть слишком длительными (лучше играть с детьми по несколько раз в день, но понемногу), но должны систематически повторяться;
- использование музыки, танцевальных движений и рисования помогает снять эмоциональное напряжение у детей, раскрепоститься и выразить свои чувства, переключить внимание, снизить возбудимость, настроить на позитивный лад;
- инициатором игры выступает взрослый, который проявляет большую заинтересованность, контролирует полностью ее ход и создает приятную, комфортную атмосферу;
- не нужно оценивать детей, давая возможность проявлять спонтанные и естественные реакции;
- не стоит настаивать на активном участии всех детей. На первых порах уместно позволить некоторым детям просто понаблюдать за происходящим. Особенно, если есть нерешительные, робкие дети;
- периодически можно приглашать родителей для участия в таких игровых действиях и рекомендовать данные игры для повторения в домашних условиях, а также организовывать дома игры на тему пребывания ребенка в детском саду.