

«МОИ ПЕРВЫЕ ШАГИ В ДЕТСКОМ САДУ» (АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ)

Гуляева Антонина Борисовна

педагог – психолог, Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №300 Дзержинского района Волгограда»
TG10000@yandex.ru

Слизова Светлана Анатольевна

Воспитатель, Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №300 Дзержинского района Волгограда»
TG10000@yandex.ru

Аннотация. Совместная работа педагога – психолога и воспитателя по адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям пребывания в детском саду с родителями и педагогами. Кризис трех лет и адаптация – как помочь ребенку в этот непростой период? Причины и условия, способствующие легкой адаптации. Влияние правильно организованной предметно – пространственной развивающей среды группы на гармоничное развитие ребёнка, создание эмоционально положительной атмосферы в группе.

Ключевые слова: адаптация; ранний возраст; дошкольное учреждение; кризис 3 лет.

Всем известно, какое серьезное испытание для малышей оказывает адаптационный период. Малыши переживают из-за разлуки с мамой. Родители, особенно молодые и с первым ребенком, еще больше переживают за своих детей. «Заботливые» бабушки активно включаются в переживания внуков и их родителей, выставляя себя «опытными воспитателями». Новое незнакомое помещение, режим дня, «правильная» невкусная еда, постоянный контакт с плачущими сверстниками – все это сразу обрушивается на ребенка, создает стрессовую ситуацию и может привести к отказу от еды, частым болезням и долгой адаптации.

Актуальность данной проблемы очевидна. Ребенок до 3 лет не испытывает потребность в общении со сверстниками, эта потребность еще не сформировалась. Поэтому, взрослый (воспитатель, педагог) сам является для ребенка партнером по игре, образцом для подражания и сотрудничества. Сами сверстники друг другу этого дать не могут, так как сами нуждаются в этом. Нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к детскому саду, так как исчезновение мамы вызывает бурный протест, особенно если малыш изнежен лаской и эмоционально – впечатлителен.

Каким бы ни был адаптационный период, он всегда оставляет след в нервно – психическом развитии ребенка. В последнее время все чаще в ДООУ приходят дети с задержкой речевого развития. Родители не хотят видеть или не замечают это, считают, что их ребенок самый лучший. У таких детей нет опыта в контактах с

детьми, с взрослыми. Им очень трудно выразить то, что они хотят, их не понимают в детском саду как дома. Еще выясняется, что кормили, поили, одевали и убрали вещи и игрушки мамы и бабушки – в итоге у ребенка плач, истерика, нежелание идти в детский сад и длительная адаптация.

Вся работа по адаптации к ДООУ ведется в трех направлениях – предварительная работа с родителями до поступления ребенка в детский сад, с воспитателями и с детьми с момента прихода в группу [1].

Если Ваш ребенок стеснителен и сторонится чужих людей и незнакомых детей, то стресса при посещении детского сада ему не избежать. Увеличивайте круг общения ребенка. Ходите вместе к друзьям, на детские игровые площадки не только около дома. Покажите ему, как нужно знакомиться с незнакомыми детьми, делиться игрушками, играть с мячом. Заранее узнайте режим дня в группе детского сада и приучайте к нему вашего малыша. Читайте и рассказывайте ребенку стихи, сказки, развивая усидчивость и концентрацию внимания, чтобы он вырабатывал привычку и интерес слушать воспитателя. Научите своего малыша есть самостоятельно, без телевизора, мыть руки перед едой, пользоваться горшком. Конечно, воспитатель в группе всегда помогает, но деток так много, а время приема пищи и других режимных моментов так ограничено. Даже если все эти навыки у вашего ребенка будут на стадии формирования, это большой плюс в период адаптации к детскому саду. Не продлевайте время прощания по утрам в группе, но и не исчезайте внезапно. Ваш малыш должен быть уверен, что вы его не бросаете и в обед или вечером заберете. Придумайте ритуал прощания. Заранее вместе выберете игрушку или предмет, который будет с ним в группе и напоминать о доме. Ребенку легче будет засыпать в обнимку с любимым зайчиком или собачкой. Ваш эмоциональный настрой и отношение к группе детского сада играет важную роль и передается ребенку. Не ищите изъянов там, где их не должно быть. Лучше всего заранее поговорите с воспитателем о своем ребенке – характер, привычки, навыки, уточните все, что считаете нужным. Педагогам будет легче работать с вашим ребенком и найти к нему индивидуальный подход. От того, как проведет ребенок первые дни в группе, зависит процесс адаптации. Нежное пробуждение по утрам, внимание к ребенку, и неторопливые сборы создают для ребенка положительный настрой для продуктивного дня и хорошее настроение для всей семьи.

Рекомендуем педагогам в работе с детьми проводить словесные игры – развлечения: поговорки, потешки, имитирующие повадки, походку животных, то, что детям знакомо и использовать при этом маски – шапочки, варежки, пальчиковый театр и готовые игрушки животных как сюрпризный момент. Игры с движениями помогают ребенку расслабиться, переключиться с плача на игру – ритмичное хлопанье в ладошки, прыжки как мячики, зайчики... Такие игровые действия способствуют сплочению детей друг с другом, с педагогом, создают положительный эмоциональный настрой, помогают замкнутым детям преодолеть себя и идти на контакт.

Хочется отметить, какое негативное влияние оказывают гаджеты в раннем и младшем дошкольном возрасте на нервно – психическое развитие ребенка и взаимодействие с взрослыми. Живое общение уходит на задний план. Как часто вместо прогулки, игры, просто разговора по душам с ребенком, взрослые предпочитают «общение» с телевизором, компьютером или мобильником. И наши

дети, увы, тоже. Информационные возможности фактически не оставляют ребенку повода обращаться с вопросом к маме и папе – в запущенных случаях всемирная паутина становится для ребенка гораздо большим авторитетом, чем взрослые. Получается, что без техники трудно жить комфортно. Но, чтобы она не мешала жить полноценно, ею надо пользоваться с умом. Как часто мы замечаем, что родители, вместо того, чтобы занять ребенка своим живым общением или вниманием, предпочитают дать ему в руки телефон или планшет. В детском саду нет гаджетов, и дети долго не могут привыкнуть к таким условиям, а в результате может быть длительная и даже тяжелая адаптация.

Из опыта работы и наблюдения за детьми и родителями в период адаптации детей к детскому саду, мы рекомендуем применять книжки – малышки, с муз сопровождением, сенсорные игрушки – юла, неваляшки, пирамидки, кубики с картинками, разборные матрешки, шнуровки, предметные пазлы. Эти простые и умные игрушки – забавы дают первый опыт взаимодействия ребенка и взрослого, что помогает в дальнейшем с установлением контакта с педагогами в ДООУ и легкой адаптации.

После окончания периода адаптации, чтобы избежать психологического регресса, в эпикризные сроки с детьми проводится диагностика нервно – психического развития. Все данные вносятся в индивидуальную карту развития для выявления нормы, задержки или опережения в развитии отдельных функций и определения дальнейшей коррекционно – развивающей работы специалистов с ребенком.

Легкой адаптации способствует и правильно организованная развивающая среда группы и помогает обеспечить гармоничное развитие ребёнка, создать эмоционально положительную атмосферу. Она является движущей силой в целостном процессе становления личности ребенка, обогащает личностное развитие, способствует раннему проявлению разносторонних способностей. Поэтому окружающая обстановка должна быть комфортной, эстетичной, содержательной и доступной для ребенка. При отборе предметного содержания развивающей среды важно ориентироваться на *«зону ближайшего развития»* т. е. на завтрашние возможности детей (то, что не требует усилий, с чем ребенок справиться и сам). Сходство с домашней обстановкой, присутствие милых ребенку вещей, уголок уединения снимает стрессообразующий фактор, помогает легче адаптироваться к образовательному учреждению. В создании развивающей среды активное участие принимают родители. Проектируя совместно с педагогами и родителями предметно-пространственную среду, обязательно учитываем потребности ребенка, как в индивидуальной, так и в совместной деятельности.

Цель – помощь детям в адаптации к условиям ДООУ.

Задачи:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- формирование эмоционального контакта, доверия детей к окружающим;
- развитие навыков общения, эмпатии, интереса друг к другу, предпосылок для групповой сплоченности;
- обучение согласованности и координации движений через игровую деятельность;

- снижение импульсивности, тревоги, агрессии, излишней двигательной активности;
- создание ППР среды для оптимальной социализации.

Проблема: необходимость в создании системы работы в адаптационный период с родителями, воспитателями и детьми.

Ожидаемый результат:

После прохождения периода адаптации эмоциональное состояние и поведение ребенка приходит в норму. У детей появляется интерес во взаимоотношениях друг к другу как партнеру по игре, педагоги становятся близкими людьми. Снижается тревога, уходит стресс, ребенок становится уравновешенным. Улучшается аппетит, длительность дневного сна – время пребывания в ДОУ становится радостным и комфортным. Мы всегда стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации, и всячески предупреждаем и не допускаем тяжелой адаптации.

Результат проекта:

- легкий и средний уровень адаптации у детей в детском саду;
- положительный эмоциональный настрой и желание идти в детский сад;
- интерес родителей к успехам ребенка и взаимному сотрудничеству;
- повышение родительской грамотности в вопросах адаптации;
- наглядные пособия для детей – сенсорная юбка, сенсорный домик;
- рукописный журнал, выполненные вместе с родителями и детьми - «В детский сад с радостью!», включающий опросники для родителей и детей;
- буклет - «Адаптация в детском саду».

Развитие личности проявляется в непрерывном изменении взаимодействия детей с социальным пространством, в котором они находятся, в постоянной перестройке и расширения этого взаимодействия. Ребенок контактирует с все большим количеством людей, проявляя избирательность в отношениях с ними:

- к некоторым он расположен, других игнорирует;
- ребенок становится более автономным (независимо от взрослого), так как приобретает опыт самостоятельных действий;
- пробует контролировать некоторые свои поступки;
- легче приспосабливается к изменениям в окружающей обстановке;
- активно заявляет о своих правах – «Не трогай, это мое!»;
- начинает формироваться представления о себе, о своем социальном положении в обществе – «Я маленький», «Я большой», «Я хороший».

В познавательной деятельности отчетливо прослеживается использование собственного опыта действий и имеющихся знаний.

Период адаптации во II младшей группы совпадает с кризисом развития трех лет. У детей резко возрастает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого. Основными симптомами данного кризиса являются:

1 - Негативизм

2 - Упрямство

3 - Строптивость

4 – Своеволие.

Остальные три симптома встречаются реже, но родители и воспитатели иногда отмечают их наличие у детей:

1 - бунт против окружающих – ребенок часто ссорится с окружающими его людьми, ведет себя очень агрессивно.

2 – обесценивание ребенком личности близких – обзывание мамы и папы бранными словами, резко меняет отношение к игрушкам, замахивается на них, бросает, отказывается играть.

3 – деспотическое подавление окружающих – вся семья должна удовлетворять любое желание ребенка, иначе взрослых ждут истерические приступы с битьем головы об пол, слезы, крики...

Наблюдения за детьми показывают, что далеко не все трехлетние дети обнаруживают такие острые негативные формы поведения или быстро их преодолевают. Наша задача на этом этапе донести до родителей о сущности кризиса трех лет, и что он может совпасть с периодом адаптации ребенка к ДОУ. Чуткое отношение родителей и педагогов к детям, внимание, терпение всегда помогут преодолеть кризис развития трех лет и успешно адаптироваться к детскому саду.

За этими негативными симптомами стоят личностные новообразования: «система Я», личное действие, сознание «Я сам», чувство гордости за свои достижения.

Если у ребенка после двух недель пребывания в детском саду хороший аппетит, спокойный сон, охотное общение с взрослыми и другими детьми, нормальное эмоциональное состояние, это признаки того, что ребенок нормально адаптировался.

Ссылки на источники

1. Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Педагогика детей раннего возраста., - М., 2007. - 304 с.

MY FIRST STEPS IN KINDERGARTEN

Gulyaeva Antonina

teacher-psychologist of kindergarten #300, Volgograd
TG10000@yandex.ru

Slizova Svetlana

teacher of kindergarten #300, Volgograd
TG10000@yandex.ru

Abstracts. Joint work of a teacher - psychologist and educator to adapt children of younger preschool age to the conditions of stay in a kindergarten with parents and teachers. Three-year crisis and adaptation - how to help a child in this difficult period? Causes and conditions conducive to easy adaptation. The influence of a properly organized subject-spatial developmental environment of the group on the harmonious development of the child, the creation of an emotionally positive atmosphere in the group.

Key words: adaptation; early age; preschool institution; crisis 3 years.