Тема: «Адаптация детского организма к условиям ДОУ»

План

Понятие адаптации

Факторы, утяжеляющие течение адаптационного периода

Классификация тяжести адаптации детей

Организация жизни детей в период адаптации в дошкольном учреждении

Практическое задание: работа с детьми в ДОУ в адаптационный период

Выводы

Список используемой литературы

Понятие адаптации

Поступление в дошкольное учреждение всегда сопровождается для ребенка определенными психологическими трудностями. Эти трудности связаны с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения. Когда ребенок впервые поступает в детское учреждение, для него меняются все основные параметры среды: материальная обстановка (интерьер группы), встречи с незнакомыми взрослыми, непривычно большое число сверстников, несовпадение приемов обращения и воспитания дома и в дошкольном учреждении. Определенные социальные условия требуют соответствующих этим условиям форм поведения. В этом случае говорят об адаптации.

Адаптация (от ср. век. Adaptatio - приспособление, прилаживание) - способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды.

Человек, кроме приспособления своего организма к климатогеографическим условиям (биологическая адаптация) должен обладать способностью приспособления к условиям социальным. Способность человека менять свое поведение в зависимости от изменения социальных условий получила определение социальная адаптация. Социальная адаптация - приспособление личности к новой социальной среде. Детский сад - это есть новая социальная среда со своими законами, правилами, нормами. Во время социальной адаптации устанавливается оптимальное взаимодействие личности и коллектива, усвоение норм и традиций группы детского сада, овладение новыми средствами и новым образом действий. Термин «адаптация»означает приспособление. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире. Растения приспосабливаются к росту в определенной почве, в определенном климате. Животные приспосабливаются к той или иной среде обитания - рыбы живут в воде, птицы - в воздухе, а человек, кроме приспособления своего организма к климатогеографическим условиям (что определяется термином «биологическая адаптация»), должен обладать способностью приспособления к условиям социальным. У человека существует специальная система адаптационных механизмов, осуществляющая все приспособительные реакции. В рамках этой же системы осуществляется и социальная адаптация.

Если у человека превышены адаптационные возможности организма и функциональные системы работают в неблагоприятных режимах - это патологическая адаптация. Болезнь - типичное проявление патологической адаптации.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). Формирование у ребенка способности к адаптации начинается еще до рождения ребенка. Само рождение - яркое проявление биологической адаптации. Переход из условий внутриутробного к внеутробному существованию требует коренной перестройки в деятельности всех основных систем организма - кровообращения, дыхания, пищеварения. Эти системы должны к моменту рождения иметь возможность осуществить функциональную перестройку, т. е. должен быть соответствующий врожденный уровень готовности этих адаптационных механизмов. Действительно. Здоровый новорожденный имеет этот уровень готовности и достаточно быстро приспосабливается к существованию во вне утробных условиях. Так же, как и другие функциональные системы, система адаптационных механизмов продолжает свое созревание и совершенствование в течение ряда лет постнатального онтогенеза. В рамках этой системы уже после рождения у ребенка формируется и возможность к социальной адаптации, но мере того как ребенок овладевает окружающей его социальной средой. Это происходит одновременно с формированием всей функциональной системы высшей нервной деятельности и тесно связано с возникновением поведенческих реакций, привычных для условий семейной среды. Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Факторы, утяжеляющие течение адаптационного периода

Дети по-разному переносят трудности, связанные с состоянием эмоционального напряжения при адаптации к условиям детского сада. Установлен ряд факторов, определяющих, насколько успешно малыш справится с предстоящими ему изменениями в привычном образе жизни. Эти факторы связаны и с физическим, и с психологическим состоянием ребенка, они тесно переплетены и взаимно обусловлены.

Во-первых, это - состояние здоровья и уровень развития. Здоровый, развитый по возрасту малыш обладает лучшими возможностями системы адаптационных механизмов, он лучше справляется с трудностями. На состояние его здоровья влияет течение беременности и родов у матери, заболевания в период новорожденности и в первые месяцы жизни, частота заболеваемости в период перед поступлением в детское учреждение. Токсикозы, заболевания матери в период беременности вызывают неблагополучное созревание сложных систем организма ребенка, ведающих приспособлением к изменяющимся условиям внешней среды. Последующие заболевания неблагоприятно сказываются на иммунитете, могут затормозить психическое развитие. Отсутствие правильного режима, достаточного сна приводит к хроническому переутомлению, истощению нервной системы. Такой ребенок хуже справляется с трудностями адаптационного периода, у него возникает стрессовое состояние, и как следствие - заболевание.

Вторым фактором является возраст ребенка. Труднее всего переносят разлуку с близкими и изменение условий жизни дети в возрасте от 10-11 месяцев до полутора лет. В этом возрасте трудно уберечь ребенка от психического стресса. С ростом и развитием ребенка изменяется степень и форма его привязанности к постоянному взрослому. В первом полугодии жизни малыш привыкает к тому, кто его кормит, укладывает спать, ухаживает за ним, во втором полугодии усиливается потребность в активном познании окружающего мира, расширяются возможности - он уже может самостоятельно перемещаться в пространстве, свободнее действует руками. Но ребенок еще очень сильно зависит от взрослого, который ухаживает за ним, у малыша возникает сильная эмоциональная привязанность к человеку, постоянно находящемуся рядом, обычно к маме. В возрасте от 9-10 месяцев до 1,5 года эта привязанность выражена наиболее сильно. После у ребенка появляется возможность речевого общения, свободного перемещения в пространстве, он активно стремится ко всему новому, и зависимость от взрослого постепенно ослабляется. Но малыш по-прежнему остро нуждается в чувстве защищенности, опоры, которое дает ему близкий человек. Потребность в безопасности у маленького ребенка так же велика, как в еде, сне, теплой одежде. Поэтому отдавать ребенка сразу надолго, скажем, в дошкольное учреждение без присутствия близкого ему взрослого небезразлично для него, отсюда и трудности привыкания к новым условиям.

Третьим фактором, сугубо психологическим, является степень сформированности у ребенка общения с окружающими и предметной деятельности. Примерно в 8 месяцев у всех детей возникает страх или неудовольствие при виде незнакомых людей. Ребенок сторонится их, прижимается к матери, иногда плачет. Расставание с матерью, которое до этого возраста могло происходить безболезненно, вдруг начинает приводить малыша в отчаяние, он отказывается от общения с другими людьми, от игрушек, теряет аппетит, сон. Взрослые должны серьезно отнестись к появлению этих симптомов. Если ребенок зациклится на одном только личностном общении с матерью, это создаст трудности в установлении контактов с другими людьми. Переход к новой форме общения необходим. Только он может быть залогом успешного вхождения ребенка в более широкий социальный контекст и благополучного самочувствия в нем. Этот путь не всегда прост и требует определенного времени и внимания со стороны взрослых. Установлено, что дети, которые испытывают трудности в привыкании к детскому учреждению, чаще всего имеют у себя дома тесные эмоциональные контакты со взрослыми. С ними играют мало, а если играют, то не слишком активизируют инициативу, самостоятельность малышей. Среди таких детей много избалованных и заласканных. В яслях, где воспитатели не могут уделять им такого внимания, как в семье, они чувствуют себя неуютно, одиноко. У них снижен уровень игровой деятельности: она находится на стадии преимущественно манипуляций с игрушками. Общение протекает на эмоциональном уровне, а игра разворачивается в основном индивидуально. Необходимого для этого возраста сотрудничества со взрослым не складывается. А отсутствие навыков вступать в практическое взаимодействие со взрослым, сниженная игровая инициатива при повышенной потребности в общении приводят к сложностям во взаимоотношениях ребенка с разными взрослыми. Накопление неудач такого рода вызывает у детей постоянную робость, опасение. Психологи выявили четкую закономерность между развитием предметной деятельности ребенка и его привыканием к яслям. Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками. Впервые попав в ясли, они быстро откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки. Для них это - привычное занятие. В случае затруднения такие дети упорно ищут выход из ситуации, не стесняясь, обращаются за помощью к взрослому. Они любят вместе со взрослым решать предметные задачи: собрать пирамидку, конструктор. Для ребенка, умеющего хорошо играть, не составляет труда войти в контакт с любым взрослым, так как он владеет средствами, необходимыми для этого. Характерной особенностью детей, которые с большим трудом привыкают к яслям, является слабая сформированность действий с предметами, они не умеют сосредоточиваться на игре, малоинициативные в выборе игрушек, не любознательны. Любая трудность расстраивает их деятельность, вызывает капризы, слезы. Такие дети не умеют налаживать деловые контакты со взрослыми, предпочитают эмоциональное общение.

Большое влияние на течение адаптации оказывает и отношение с ровесниками. Если мы вернемся к описанным выше симптомам неблагополучного поведения детей, то вспомним, что и в этой сфере малыши ведут себя по-разному. Одни сторонятся сверстников, плачут при их приближении, другие с удовольствием играют рядом, делятся игрушками, стремятся к контактам. Неумение обращаться с другими детьми в сочетании с трудностями в установлении контактов со взрослыми еще больше отягощает сложность адаптационного периода.

Таким образом, состояние здоровья ребенка, умение общаться со взрослыми и сверстниками, сформированность предметной и игровой деятельности - основные критерии, по которым можно судить о степени его готовности к поступлению в ясли и благополучного пребывания в них.

Классификация тяжести адаптации детей

Каждый ребёнок переживает период адаптации индивидуально. Некоторые малыши привыкают к новому режиму за пару недель и при этом отлично себя чувствуют, их аппетит в течение всего периода адаптации сохраняется. Другие малыши тяжело переносят адаптацию, они находятся в подавленном состоянии, при этом аппетит отсутствует. Плохой аппетит у таких малышей может быть и в домашних условиях.

Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации поведения, частота и длительность острых заболеваний, проявление невротических реакции.

При легкой адаптации в течение месяца у ребенка нормализуется поведение по тем показателям, о которых мы говорили выше, он спокойно или радостно начинает относиться к новому детскому коллективу. Аппетит снижается, но не намного и к концу первой недели достигает обычного уровня, сон налаживается в течение одной-двух недель. К концу месяца у малыша восстанавливается речь, игра, интерес к окружающему миру. Отношения с близкими людьми при легкой адаптации у ребенка не нарушаются, он достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2-3-й недели восстанавливается. Острых заболеваний не возникает.

Во время адаптации средней тяжести нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче и длительнее. Сон и аппетит восстанавливаются только через 20-40 дней, настроение неустойчиво в течение месяца, значительно снижается активность: малыш становится плаксивым, малоподвижным, не стремится исследовать новое окружение, не пользуется приобретенными ранее навыками речи. Все эти изменения держатся до полутора месяцев. Отчетливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это может быть функциональное нарушение стула, бледность, потливость, «тени» под глазами, «пылающие» щечки, могут усиливаться проявления экссудативного диатеза. Особенно ярко эти проявления отмечаются перед началом заболевания, которое, как правило, протекает в форме острой респираторной инфекции.

Особую тревогу вызывает состояние тяжелой адаптации. Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль - не предохраняют организм от многочисленных инфекционных агентов, с которыми ему постоянно приходится сталкиваться. Это неблагоприятно сказывается на физическом и психическом развитии малыша. Этот вид тяжелой адаптации чаще встречается у детей 1,5 - 2 лет жизни, имеющих в анамнезе отклонения в здоровье, последствия токсикоза беременности у матери, осложнения в родах, заболевания периода новорожденности. Другой вариант течения тяжелой адаптации: неадекватное поведение ребенка настолько тяжело выражено, что граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, у ребенка может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке его накормить. Малыш плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами. Сон чуткий, короткий. Во время бодрствования ребенок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или агрессивен по отношению к ним; постоянно плачущий или безучастный, ничем не интересующийся, судорожно сжимающий в кулачке свою любимую домашнюю игрушку или носовой платочек. Нам, взрослым, трудно осознать степень его страданий. Ребенок, бурно выражающий свой протест против новых условий криком, громким плачем, капризами, цепляющийся за маму, падающий в слезах на пол, неудобен и тревожен для родителей и воспитателей, но вызывает меньше беспокойства у детских психологов и психиатров, чем ребенок, впадающий в оцепенение, безразличный к тому, что с ним происходит, к еде, мокрым штанишкам, даже к холоду. Такая апатия является типичным проявлением детской депрессии. Страдает общее состояние организма: наблюдается потеря в весе, беззащитность перед инфекциями, появляются признаки детской экземы или нейродермита. Улучшение состояния происходит крайне медленно, в течение нескольких месяцев. Темпы развития замедляются, появляется отставание в речи, игре, общении. Иногда на восстановление здоровья такого ребенка требуется несколько лет. Адаптация такой тяжести проявляется чаще всего у детей с трех лет, когда наиболее активно осуществляется формирование личностных качеств, психика характеризуется бурным развитием и становится особенно ранимой и чувствительной к отягощающим развитие обстоятельствам, а также у часто болеющих детей, из семей с гиперопекой. В анамнезе таких детей регистрируются неблагоприятные биологические факторы - патология беременности и родов у матери, приводящая к гипоксии плода и новорожденного. В результате тяжелой адаптации может наступить как физическое, так и психическое истощение организма ребенка, что указывает на его дезадаптацию и исключает возможность посещения дошкольного образовательного учреждения. Дети с тяжелой адаптацией нуждаются в повторных консультациях педиатра, невропатолога, психолога в таком случае специалисты могут порекомендовать родителям повременить с поступлением ребенка в ДОУ, пока он не окрепнет, а его нервная система не станет более крепкой.

Подводя итоги, можно сказать, что неблагоприятное течение адаптации к дошкольному образовательному учреждению ведет к замедлению интеллектуального развития, негативным изменениям характера, нарушениям межличностных контактов с детьми и взрослыми, т.е. к ухудшению психического здоровья.

Организация жизни детей в период адаптации в дошкольном учреждении

С поступлением ребенка в ДОУ в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования, постоянный контакт с детьми, новое помещение, таящее в себе много неизвестного. 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.

Поэтому для успешной адаптации детей в ДОУ необходимо::

.Тщательно подобрать педагогов в формирующиеся группы, недопустимо менять их во время адаптации.

.Предварительно ознакомить родителей с условиями работы ДОУ.

.Соблюдать постепенное заполнение групп, в группу первую младшую можно принимать не более трех детей в неделю.

. Соблюдать гибкий режим пребывания детей в начальный период адаптации с учетом индивидуальных особенностей детей.

.Сохранить в первые 2-3 недели имеющихся у малышей привычек.

.Информировать родителей об особенности адаптации каждого ребенка на основе адаптационных карт.

Правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов “ребенок - взрослый” и “ребенок - ребенок” и обязательно включающей игры и упражнения. Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. 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.

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее:

. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе. Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно “одомашнить” группу. Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие комнатки, в которых дети будут чувствовать себя комфортно. Хорошо, если в группе будет небольшой “домик”, где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть. Желательно рядом с “домиком” разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

В группе необходим и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Малыши еще не владеют речью настолько, чтобы выразить четко свои чувства и эмоции. Невыраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и, в конце концов, прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, потому что никаких внешних причин для такого проявления эмоций нет.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, на прикрепленном к стене листе бумаги.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении. Для разнообразных и увлекательных игр используются небьющиеся сосуды разной конфигурации и объема, ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки. Дети могут купать в воде резиновых кукол, набирать в резиновые игрушки воду и выталкивать ее струей, пускать по воде кораблики и т. д.

Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе “семейный” альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и уже не так тосковать вдали от дома

. Работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад. Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду.

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку - так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамами.

Задача воспитателя - успокоить, прежде всего, взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

В свою очередь, родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке

. Формирование у ребенка чувства уверенности. Одна из задач адаптационного периода - помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т.д. Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо:

знакомство, сближение детей между собой;

знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми;

знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты);

знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.);

знакомство с педагогами и персоналом детского сада;

Дайте ребенку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свой взгляд на вещи, помогите ему выразить все это! В каком бы возрасте ребенок не пришел впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить.

трудность адаптация дошкольное учреждение

Работа с детьми в ДОУ в адаптационный период

Дети, впервые приходящие в детский сад, по-разному ведут себя в группе. У нас в группе 20 детей в возрасте от 2-х до 3-х лет. Основная часть детей первоначально негативно реагирует на попытки нового взрослого вступить с ними в контакт, отдалить от мамы, ввести в новое групповое помещение. При этом одни дети проявляют реакции протеста - кричат, рыдают, не отпускают родителей, удерживая за одежду, отказываются от еды, игрушек, могут проявлять агрессивные действия - отталкивать, бить, разбрасывать, портить вещи, ломать игрушки. Другие ведут себя пассивно: не противятся отрыву от мамы, робки, не вступают в контакты с другими детьми, самостоятельно не организуют игру, находятся в стороне, в уголке, не откликаются на призывы взрослого, всхлипывают или плачут, в глазах у таких детей слезы, страх, тревожность, боязнь, отмечаются навязчивые движения (сосание пальца, накручивание волос, предметов одежды на палец, проявляют активный протест с отсрочкой - в домашней обстановке.

Далее наступает период, когда поведение воспитанников становится более адекватным, они могут организовывать игровые и предметные действия. Правда, происходит это только в привычной обстановке и в одиночестве, любые попытки воспитателя «присоединиться» заканчивались неуспехом - ребенок либо отворачивался, демонстрируя нежелание общаться, либо прекращал действия, наблюдались также аффективные вспышки возбуждения, неустойчивость настроения. В первые дни пребывания детей в ДОУ воспитатель приучает их к определенному поведению в группе. Однако мы часто сталкиваемся с тем, что они «не слышат, не понимают, не хотят» делать то, что им предлагают взрослые. Трудности эти вызваны эмоциональным состоянием детей (стрессом в связи с адаптацией); изменением ситуации общения (непониманием того, что слова воспитателя: «Дети, уберите игрушки», - относятся и к нему тоже); нарушениями речи (причем, не столько умением самого ребенка говорить, сколько нарушением понимания речи окружающих); невозможностью «удержать» (запомнить) всю инструкцию до конца (как правило, дети запоминают только последние слова фразы); несформированностью речевого способа овладения общественным опытом; незнанием норм поведения.

При изменении обстановки, распорядка дня, появлении новых взрослых, новых игр и т. д. у детей отмечались напряженность и протестные реакции. У части детей эти процессы проходили быстро, в течение двух недель. У нескольких детей процесс адаптации проходил очень тяжело, в течение двух месяцев ребенок никак не мог привыкнуть к детскому саду. По утрам у таких детей слезы и крики, в течение дня они также часто плачут и вспоминают маму. Очень небольшая группа детей прошла адаптацию быстро и безболезненно, в течение недели.

Для легкой и быстрой адаптации в своей работе с детьми мы считаем главным принятие ребенка таким, каков он есть и тесное сотрудничество с семьей.

Воспитателем готовится подборка специальных игр, которые помогают детям справиться с напряженной, стрессовой ситуацией в период привыкания:

хороший эффект дают разнообразные игры с песком и водой, сухой бассейн;

затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому для детей готовятся такие игры, как нанизывание шариков на шнур, резиновые игрушки - пищалки, крупные детали конструктора “Лего” и др.

лучшее лекарство от стресса - смех. Для того чтобы создавать такие ситуации, в которых ребенок будет смеяться готовится подбор игрушек-забав, кукол бибабо.

Воспитатели готовят фонотеку со спокойной музыкой и веселыми детскими песнями, картотеки художественного слова на все режимные моменты для того, чтобы создать бодрое, радостное настроение у детей в течение всего дня, избежать обыденности обстановки

За день до прихода ребенка в детский сад педагог-психолог передает воспитателям всю информацию о ребенке, которая была получена из беседы с родителями. Это помогает построить работу с вновь пришедшим ребенком на основе учета личностных особенностей, его опыта и привычек

Все привычки ребенка в период адаптации сохраняются.

В первые дни (1-2) мама присутствует в детском саду вместе с ребенком. Это помогает ребенку чувствовать себя более уверенно и снижает тревожность самой мамы по поводу пребывания ее ребенка в детском саду.

Придя в детский сад, ребенок сам выбирает себе понравившийся шкафчик и картинку-меточку для него, это помогает ребенку быстрее привыкнуть к мысли, что шкафчик “его” - это уголок его частной жизни.

Первые дни ребенка приводят не к завтраку, а к прогулке. И оставлять ребенка без мамы рекомендуется именно на прогулке, поскольку дети на улице чувствуют себя более комфортно, есть много возможностей, чтобы их отвлечь.

Рекомендуем приносить с собой из дома любимую игрушку, которую малыш, если загрустит смог бы прижать к себе и почувствовать себя более спокойно.

Рекомендуем приносить небольшие фотоальбомы с семейными фотографиями. Если взгрустнулось, имея такой альбом, ребенок всегда имеет возможность открыть его и увидеть маму или папу, взять игрушечный телефон и, глядя на фотографию, поговорить с родными.

В психологически напряженной, стрессовой ситуации помогает переключение на древнюю, сильную пищевую реакцию, поэтому воспитатели стараются чаще предлагать детям попить, поесть сухарики.

Каждый вновь поступивший ребенок находится в центре внимании. Воспитатели спокойно, ласково и подробно объясняют ребенку все происходящее, готовят его к каждому режимному процессу, так как непонятное и неизвестное пугает.

Для каждого ребенка устанавливается индивидуальный режим. Время пребывания увеличивается постепенно в зависимости от привыкания ребенка. Данный вопрос решается совместно врачом, воспитателями и психологом.

Одним из самых сложных моментов в период адаптации является укладывание ребенка на сон, поэтому воспитатели используют такие приемы, как:

настраивание на сон с помощью колыбельных мелодий

ласкают ребенка: гладят ручки, ножки, спинку (это обычно нравится детям)

хороший эффект засыпания дает поглаживание головки ребенка и бровей (рука должна касаться лишь кончиков волос).

Дети в адаптационный период чаще подвержены простудным заболеваниям. Поэтому воспитатель чаще проводит закаливающие процедуры по рекомендации или под контролем врача, медицинской сестры, не допуская переохлаждения детей

Эмоциональное состояние ребенка и его привыкание контролируется с помощью “Листа адаптации”, где отмечаются в контрольные дни 1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 8-й, 16-й, 32-й и при необходимости 64-й (по методике К. Печоры) эмоциональное состояние ребенка, аппетит, сон, взаимоотношения со взрослыми и сверстниками, вид деятельности, который ребенок предпочитает.

Для того чтобы рассеять у родителей беспокойство и тревогу за своего ребенка воспитатели ежедневно беседуют с ними, вселяя в них уверенность и соблюдая главное правило - не осуждать опыт ребенка, не жаловаться на него родителям. Все проблемы ребенка становятся для педагогов профессиональными проблемами.

Такая многоплановая и кропотливая работа педагогического коллектива детского сада в период адаптации детей к дошкольному учреждению дает свои устойчивые положительные результаты.

По окончании периода адаптации в дошкольном учреждении собирается медико-психолого - педагогический консилиум с расширенным составом. Туда входят заведующая, старшие воспитатели, педагог-психолог, учитель-логопед, врач, старшие медсестры, воспитатели групп раннего возраста и воспитатели других группа (по приглашению). На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты, анализируются итоги, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа.

Анализ работы за несколько лет показывает, что процесс привыкания детей проходит очень успешно. Степень адаптации в основном легкая и средняя. В течение последних лет нет ни одного ребенка с тяжелой степенью адаптации. Положительным является и то, что дети раннего возраста, привыкают к детскому саду безболезненно. Эти данные позволяют судить о правильно построенной работе педагогического коллектива по организации и проведению адаптации детей к условиям детского сада.

Выводы

Ранний возраст - период быстрого формирования всех свойственных человеку психофизиологических процессов. Современно начатое и правильно осуществляемое воспитание детей раннего возраст, является важным условием их полноценного развития.

Развитие в раннем возрасте происходит на таком неблагоприятном фоне, как повышенная ранимость организма, низкая его сопротивляемость к заболеваниям. Каждое перенесённое заболевание, отрицательно сказывается на общем развитии детей.

Поэтому в период адаптации к детскому саду, важно создавать благоприятные условия для комфортного пребывания ребёнка в детском соду.

Проведения комплексных медико-педагогических мероприятий до поступления ребенка в ясли и в период адаптации к детскому учреждению способствует более легкому привыканию к новым условиям.

В период адаптации ребенка к новым условиям жизни происходит своеобразная ломка, переделка сформированных ранее динамических стереотипов, касающихся определенного режима: укладывание, кормление и т.д., а также стереотипов общения.

Для успешной адаптации ребенка 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 создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе.

В начальный период пребывания ребенка в ДОУ содержание деятельности воспитателя направлено на выявление особенностей протекания адаптации воспитанников, на содействие более быстрому и менее болезненному се завершению через создание условий, способствующих охране и укреплению здоровья воспитанников, снятию стресса и обеспечению положительного эмоционального состояния ребенка, формированию адекватных возможностям воспитанников форм общения, организации поведения детей, созданию условий, вызывающих познавательную активность. Поэтому организация адаптационного периода начинается, задолго до 1 июня с повышения профессионального уровня воспитателей, их психологического просвещения с помощью традиционных и новых методов обучения (педсоветы, семинары, тренинги, консультации), развития у них таких качеств, как умение сопереживать, коммуникативные навыки, доброжелательность, организаторские и артистические способности, эмоциональная стабильность и т. д.

Для оптимизации процесса адаптации к условиям дошкольного учреждения необходима четкая и последовательная работа всех сотрудников образовательного учреждения с привлечением родителей своих воспитанников.

Используемая литература

Тонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Я., Алферова Н.Н. Основы медицинских знаний. - М. «Просвещение», 1993.

В.В.Голубев, С.В.Голубев. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста. «Академия», 1998 г.

Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад: Пособие для воспитателей дет. Сада / Под ред. Л.И. Каплан. - М.: «Просвещение», 1983

Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. М.: «Медицина», 1977;

Калинина Р., Семёнова Л., Яковлева Г. Ребёнок пошёл в детский сад. «Дошкольное воспитание». - 1998 - № 4.