

**Попова Ирина Васильевна**

воспитатель

**Антипова Надежда Викторовна**

воспитатель

**Игнатьева Александра Анатольевна**

воспитатель

МБДОУ «Д/С №78 «Колосок»

г. Чебоксары Чувашской Республики

г. Чебоксары, Чувашская Республика

## **АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОУ**

**Аннотация:** в данной статье рассматривается проблема адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ.

**Ключевые слова:** ранний возраст, адаптация, ДОУ, дошкольные учреждения.

Проблема адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада является актуальной. От того как происходит привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям зависит его физическое и психическое развитие, помогает предотвратить или снизить заболеваемость, а также дальнейшее благополучие, существование в детском саду и семье. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. Современные родители не могут помочь ребенку в адаптации к ДОУ, в этом им не хватает педагогической культуры. В этой ситуации помочь родителям и ребенку ложится на плечи специалистов детского сада. Детский сад должен стать «открытым» по всем вопросам развития и воспитания. В нормативно-правовых документах Постановление Правительства РФ «Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении» 2008 г затрагиваются понятия адаптации детей в ДОУ. «Детский сад для детей раннего возраста реализует основную общеобразовательную

программу дошкольного образования в группах общеразвивающей направленности для детей, создает условия для социальной адаптации и ранней социализации детей».

В последние годы в психологической науке возрастаёт интерес к изучению адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения в различных ее аспектах. На научно-теоретическом уровне, актуальность изучения адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения обосновано в работах психологов: М.Л. Баранова, А.И. Баркан, М.Р. Битянова, Г.И. Зубова, Я.Л. Коломинского, В.Н. Костина, И.В. Лапина, К.Л. Печера, Н.В. Соколовской. На научно-методическом уровне актуальности исследование обосновано особым вкладом в разработку методик адаптации детей раннего возраста Т.А. Данилина, В.Н. Меркуловой, К.Л. Печера, Р.И. Яфизова. Т.В. Костяк рассматривает особенности психологической адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению, а также факторы психологического благополучия ребенка и основные закономерности его психологического развития в дошкольном возрасте.

Адаптация (лат *adapto* – приспособляю) – процесс приспособления системы к условиям внешней и внутренней среды. Адаптацию иногда называют и результатом такого процесса-наличие у системы приспособленности к некоторому фактору среды.

Адаптация – процесс вхождения в согласие с внешним миром, с одной стороны, и со своими собственными уникальными психологическими характеристиками – с другой, что подразумевает способность распознавать субъективные образы, образы внешнего мира, а также умение эффективно воздействовать на среду.

Психология под термином «адаптация» понимается перестройка психики индивида под его воздействием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. При этом подразумевается процессуальная сторона собственно явления адаптации в

отличии от приспособления животных, преодоления трудностей или формирования определенных свойств личности.

Анализ понятия адаптация позволяет нам сделать вывод, что адаптация – это есть процесс приспособления, это есть перестройка психики, это есть процесс восхождения в согласие с внешним миром.

В педагогике существует 3 фазы адаптационного процесса:

1. Острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в somатическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем 1 месяц);

2. Подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3–5 месяцев);

3. Фаза компенсации характеризуется ускорением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Различают 3 степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода: легкая адаптация – сдвиги нормализуются в течении 10–15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

адаптация средней тяжести – сдвиги нормализуются в течении месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5 дней, есть признаки психического стресса;

тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Различают также специфическую и неспецифическую адаптацию. Специфическая вызывает такие изменения в организме, которые направлены непосредственно на устранение либо ослабление действия неблагоприятного фактора. Адаптация неспецифическая обеспечивает активизацию разнообразных

защитных систем организма, целесообразную на начальных этапах приспособления к любому фактору среды, не зависимо от его природы. Неспецифические компоненты и стадии физиологической адаптации описаны Г. Селье под названием адаптационный синдром, или стресс, состоящий из 3 типичных стадий. Первая – «стадия тревоги» – характеризуется генерализованной реакцией функциональных систем организма, направленной на мобилизацию его защитных сил. Вторая стадия «резистентности» состоит в частичном приспособлении, выявляется напряжение отдельных функциональных систем, особенно нейрогуморальных регулятивных механизмов. На третьей стадии состояние организма либо стабилизируется и наступает устойчивая адаптация, либо в результате истощения ресурсов организма наступает срыв адаптации. Конечный результат адаптации зависит от характера силы и продолжительности действия стрессоров, индивидуальных возможностей и функциональных резервов организма.

При возникновении патологических состояний адаптация играет существенную роль в развитии различных компенсаторных изменений в организме, защитных механизмов, противодействующих болезни. В основе адаптации лежит изменение структуры гемостатического регулирования и формирования функционального состояния, адекватного условиям и характеру деятельности.

Дети раннего возраста не испытывают потребности в общении со сверстниками, заменяемых матерью и близкими людьми. Поэтому нормальные тем более эмоционально чувствительные, впечатлительные и привязанные дети тяжело адаптируются к детскому саду, поскольку эффективно реагируют на разлуку с матерью и отсутствие равноценной замены.

К.Л. Печера в процессе адаптации замечает некоторые закономерности. Во-первых, до 2–3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к детскому образовательному учреждению,

поскольку сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный. Дети 2–3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в ДОУ. Эти страхи – одна из причин затрудненной адаптации ребенка к ДОУ. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма. Анализ показывает, что уже в раннем возрасте (второй – третий годы жизни) наибольшее значение в период адаптации имеет уровень социализации, в частности, наличие или отсутствие общения ребенка со сверстниками. Немаловажную роль играет формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

А.В. Петровский определяет адаптацию, как одну из стадий развития личности в процессе социализации. На стадии адаптации, которая обычно совпадает с периодом детства, человек выступает как объект общественных отношений, на которого направлено громадное количество усилие родителей, воспитателей, учителей и других людей, окружающих ребенка и находящихся в той или иной степени близости к нему. На этой стадии происходит вхождение в мир людей: овладение некоторыми знаковыми системами, созданными человечеством, элементарными нормами и правилами поведения, социальными ролями; усвоение простых форм деятельности. Человек обучается быть личностью. Ребенок, не прошедший стадию адаптации и не усвоивший основ социальной жизни, не может быть обучен этому впоследствии. Стадия адаптации в процессе социализации является очень важной, поскольку сензитивные периоды детства необратимы.