(cc) BY

Сиринова Наталья Геннадьевна
воспитатель
МАДОУ «Д/С №227»
г. Пермь, Пермский край

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К ДЕТСКОМУ САДУ

Аннотация*: в статье освещается вопрос адаптации детьми раннего возврата посещения детского сада. Автором даны методические рекомендации по облегчению периода адаптации с помощью игр и разнообразных ситуаций.*

Ключевые слова*: адаптация, дошкольная образовательная организация, дети раннего возраста.*

В последние годы родители вновь стали отдавать детей в детский сад в раннем возрасте, начиная с 18 месяцев и младше, поэтому в детских садах опять стали открываться группы для малышей. И главным условием для родителей при поступлении ребенка в детский сад является создание в ДОУ условий для благоприятной адаптации малыша к детскому саду. Конечно, все родители хотят, чтобы этот процесс прошел без особых трудностей. Многие дети в период адаптации становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. Это связано с тем, что не удовлетворяется одна из базовых потребностей – потребность в безопасности и защищенности (что обеспечивается присутствием матери или близких людей). Ребенок впервые остается в незнакомой обстановке. В семье он в центре внимания, а в детском саду – один из многих, такой же, как и другие. Это ломает сложившиеся у него стереотипы, требует психологической перестройки, изменения поведения, выработки новых умений, в том числе навыков общения со взрослыми и другими детьми, которые теперь его окружают. А малыш раним, его организм функционально не созрел, ему трудно приспосабливаться. Нужна` помощь взрослых: родителей и воспитателей. Как же сделать этот процесс менее болезненным?

Адаптация. Как вообще происходит адаптация и что это такое?

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Адаптация – это приспособление организма и психики (психосоматика) К НОВОЙ обстановке, а для ребенка детский садик является новым, еще неизвестным пространством, со своим окружением и новыми отношениями. Важно помнить, что в период адаптации снижаются факторы местной защиты (поэтому дети раннего возраста часто болеют).

Еще есть одно важное обстоятельство, про которое нельзя забывать – один ребенок чувствует себя в садике как рыба в воде, для другого же тот же сад превращается в «комнату ужасов», а все из-за индивидуальных особенностей. Адаптация бывает тяжелая и легкая.

Тяжелая адаптация может длиться месяцами. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды. нарушения сна и мочеиспускания, резкие перепады настроения, частые срывы и капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет (в данном случае болезнь нередко связана с нежеланием ребенка идти в детский сад).

Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют. Если родители пустят ситуацию на самотек, это может перерасти в серьезные нервные заболевания и расстройства.

Легкая адаптация – противоположная той, что была описана выше. В этом случае ребенок вливается в новый коллектив безболезненно (это происходит приблизительно в течение месяца), ему там комфортно, он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации «срывы» все же возможны.

Для того, чтобы Ваш малыш быстрее и легче адаптировался к новым условиям, необходимо соблюдать несколько правил, которые помогут Вам и Вашему ребенку получать радость от посещения дошкольного учреждения. Вот некоторые из них.

1. Убедитесь в собственной уверенности, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности» садовского» воспитания. Любые ваши колебания он использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Например: «детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих малышей. 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 сможешь рассмотреть, потрогать, поиграть с этими вещами. 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 тебя отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было там интересного, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в этот сад своих детей, но туда берут не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, купить «радостную коробку», выучить имена воспитателей и правила детского сада».

3. Поговорите с ребенком о правилах поведения в детском саду. Расскажите, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать. Например: «если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и Анна Николаевна 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 захочет. Объясните, что в группе много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: воспитатель не сможет одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать». Попробуйте поиграть все эти ситуации с ребенком дома.

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

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

5. Знаете ли вы, что чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.

6. 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.

7. Важно избегать обсуждения при ребенке волнующих проблем, связанных с детским садом.

Важно помнить, сто ребенок все легче и быстрее усваивает в игре, в том числе и новые, правила поведения, поэтому мы предлагаем вам несколько игр, которые помогут малышу быстрее адаптироваться к новым условиям. Данные игры можно проводить и дома.

Игра «Зайка»

Цель: снятие напряжения, создание положительных эмоций.

Заинька-зайка, *(Дети прыгают, поджав руки, имитируя зайку)*

Маленький зайка, *(Садятся на корточки, показывают рукой вершок от пола)*

Длинные ушки, *(Дети приставляют ладошки к голове – «ушки»)*

Быстрые ножки. *(Побежали)*

Заинька-зайка, *(Движения повторяются)*

Маленький зайка,

Деток боишься, *(Дети обхватывают себя руками, изображая страх)*

Зайка-трусишка. *(Дрожат)*

Игра «Мишка»

Цель: развитие двигательной активности детей, снятие мышечного напряжения.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Мишка, мишка косолапый,

Мишка по лесу идет, *(Приподнять плечи, руки округлить, носки ног внутрь, идти переваливаясь)*

Мишка хочет сладких ягод, *(Погладить себя по животу, облизнуться)*

Да никак их не найдет. *(Оглянуться по сторонам, пожать плечами)*

Вдруг увидел много ягод *(Показать указательным пальцем, на лице – восторг)*

И тихонько зарычал. *(Двумя руками собирать ягоды в рот)*

Подошли к мишутке детки, *(Маршируем)*

Мишка громко зарыдал. *(Кулачками тереть глаза, изобразить плач)*

Игры с песком: «Следы на песке», «Отыщи шарик», «Что в кулачке?» – эта игра напоминает всем известную детскую игру «Колечко». Пусть ребенок зажимает в кулачке любой маленький предмет: камешек, фантик, пуговицу, а взрослый отгадывает, что спрятал малыш. Можно и наоборот, взрослый прячет, ребенок отгадывает. Игры с бумагой и карандашами: «Обведи ручку», «Укрась «руку» браслетом, часами, колечками», «Веселое солнышко»

Игры с игрушкой *(куклой, мишкой)*: «Покружимся с мишкой», «Покормим куклу кашей», «Уложим мишку спать». Игровая деятельность дает положительные эмоции, которые так необходимы ребенку в период адаптации в детском саду.

Список литературы

1. Заводчикова О.Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошк. образоват. учреждения и семьи: пособие для воспитателей / О.Г. Заводчикова. – М.: Просвещение, 2007. EDN QVIPCR

2. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ / Н.В. Кирюхина. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с. EDN QVGOIT

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Ребенок поступает в детский сад: пособие для воспитателей дет. сада / под ред. Л.И. Капла. – М.: Просвещение, 1983. – 80 с.

4. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: практическое пособие. – Воронеж: Учитель, 2006. – 236 с.

5. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / Н.В. Кирюхина. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006. EDN QVGOIT

6. Гринева И.А. Первый раз в детский сад / И.А. Гринева, М.Ю. Жомир. – Воронеж, 2007.

7. Ильина И.С. Адаптация ребенка к детскому саду. Общение, речь, эмоциональное развитие / И.С. Ильина. – М., 2008. EDN QWNGEN

8. Козьминых О.В. Первый раз - в детский сад / О.В. Козьминых [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://kopilkaurokov.ru/doshkolnoeObrazovanie/prochee/piervyi_raz_v_dietskii_sad (дата обращения: 13.12.2023).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)