

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение города Ростов-на-Дону «Детский сад №86»

344049, г.Ростов-на-Дону, ул. Еременко 110/1, тел. (863) 210-20-24,
E-mail: mbdou86.2019@mail.ru
ИНН 6194002238 КПП 619401001 ОГРН 1196196045011

**Консультация для педагогов на тему:
«Адаптация ребенка в детском саду».**

Выполнила: воспитатель МБДОУ №86
Гаврюшкина Екатерина Владимировна

г. Ростов-на-Дону
2024

Трудности адаптационного периода

Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряжённость, беспокойство или заторможенность.

Особенности поведения детей в этот период во многом связаны с особенностями их темперамента.

Меняется и активность ребёнка 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.

Врачи и психологи различают три степени адаптации: **лёгкую, среднюю и тяжёлую.**

| | |
|---------------------------|--|
| Лёгкая степень адаптация | Длится 1—2 недели. У ребёнка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребёнок достаточно активен, но не возбуждён. Снижение защитных сил организма выражено незначительно, и к концу 2—3 недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает. |
| Средняя степень адаптации | Во время адаптации средней тяжести нарушения в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче, привыкание к ДОО длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 30—40 дней, настроение неустойчиво, в течение месяца значительно снижается активность малыша: |

| | |
|---------------------------|--|
| | он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, практически не разговаривает. Эти изменения длятся до полутора месяцев. |
| Тяжёлая степень адаптации | Особую тревогу родителей и воспитателей вызывает состояние тяжёлой адаптации. Ребёнок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль. Другой вариант тяжёлого протекания адаптационного периода — неадекватное поведение ребёнка настолько ярко выражено, что граничит с невротическим состоянием. Улучшение его состояния происходит очень медленно, в течение нескольких месяцев. |

Факторы, определяющие характер адаптации

Физическое состояние ребёнка. Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями системы адаптационных механизмов, он лучше справляется с трудностями. Нервно и соматически ослабленные, быстро утомляющиеся, имеющие плохой аппетит и сон дети испытывают, как правило, значительно большие трудности в ДОО. На состояние здоровья ребёнка влияет течение беременности и родов матери, заболевания в период новорождённости и в первые месяцы жизни, частота заболеваний в период перед поступлением в детскую организацию. Отсутствие правильного режима, достаточного сна приводит к хроническому переутомлению, истощению нервной системы.

Возраст. Этот фактор имеет глубинную связь с привязанностью ребёнка к маме и возникающими на этой основе невротическими формами поведения.

Общения с окружающими и предметной деятельности. Конечно, любой ребёнок скорее предпочтёт игру с близким человеком, чем с незнакомым, но если он умеет налаживать деловые контакты, то ему легче отвлечься от личности партнёра, а следовательно, легче общаться с посторонними, чем ребёнку, владеющему одним только опытом личностного общения. Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками. Впервые попав в ДОО, они быстро откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки.

Отношение ребёнка к ровесникам. Дети, которые с трудом привыкают к ДОО, часто сторонятся сверстников, плачут при их приближении, иногда ведут себя агрессивно по отношению к ним.

Помощь ребёнку адаптироваться к условиям ДОО

Прежде всего, воспитателю нужно хорошо осознать необходимость совместной работы с родителями. Начинаться такая работа должна до прихода ребёнка в ДОО. Перед поступлением ребёнка в ДОО воспитателю следует обсудить с родителями следующие проблемы.

- Каков распорядок дня ребёнка? Как в семье проводятся режимные процедуры?
- Какой тип общения предпочитает малыш?
- Стремится ли ребёнок к самостоятельности в игре?
- Как ребёнок относится к посторонним взрослым?
- Умеет ли ребёнок общаться с другими детьми, какие чувства он испытывает в обществе сверстников?

В случае, если ребёнок испытывает значительные трудности во всех сферах, лучше всего посоветовать родителям повременить с поступлением ребёнка в дошкольную организацию и в течение нескольких месяцев уделить специальное внимание его развитию по данным направлениям.

Общение воспитателя с ребёнком в период адаптации

Задача взрослых — сделать первые дни пребывания ребёнка в ДОО максимально комфортными, благоприятными для его эмоционального благополучия.

Самое главное для воспитателя — завоевать доверие малыша, его привязанность. Для того чтобы лучше понять ребёнка, воспитателю нужно самому почаще вспоминать свой детский опыт разлуки с близкими, свои переживания и страхи.

Если ребёнок не отпускает воспитателя от себя, постоянно зовёт маму, можно воспользоваться следующими рекомендациями:

- Не игнорируйте слова ребёнка.
- Ободрив малыша, постарайтесь переключить его внимание на игрушки, обойдите вместе с ним комнату, рассмотрите, что в ней находится. Если ребёнок заинтересуется какой-нибудь игрушкой, вместе поиграйте с ней, а затем попробуйте оставить его ненадолго одного, объяснив, например, что вам нужно помыть руки, и пообещайте быстро вернуться. Уйдите на несколько минут, а затем вернитесь к ребёнку. Он будет учиться понимать, что вы всегда рядом.
- Если ребёнок продолжает постоянно следовать за вами, подключите его к своим делам.
- Не забывайте поиграть с ребёнком в эмоциональные игры.
- Организуйте игры между несколькими детьми.

Участие матери в процессе адаптации

Перед тем как ребёнок поступит в ДОО, следует объяснить маме те трудности, с которыми малыш может встретиться в группе, предложить ей совместными усилиями облегчить их и обсудить последовательность её поведения по отношению к ребёнку. Если же ребёнок не отпускает от себя маму, прижимается к ней и никого не хочет видеть, ей лучше остаться с ним на некоторое время, постараться постепенно ввести его в жизнь группы.

Наиболее эффективная форма адаптации ребёнка к ДОО — это группы кратковременного пребывания со специально организованной деятельностью воспитателя и психолога с мамами. Существует определённая последовательность формирования

психологической автономности ребёнка от мамы в группе. Это этапы: «Мы играем только вместе»; «Я играю сам, но ты будь рядом»; «Иди, я немножко поиграю один»; «Мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя».

«Мы играем только вместе». Мама является проводником и защитником ребёнка. Она побуждает его включаться в новые виды деятельности и сама активно играет во все игры. На данном этапе мама и ребёнок — единое целое. Они играют или рисуют в четыре руки, танцуют или бегают в паре. В свободной деятельности мама сопровождает ребёнка.

«Я играю сам, но ты будь рядом». Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несёт опасности. Игры и игрушки вызывают у ребёнка интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Мама всё ещё является опорой и защитой. Малыш постоянно возвращается к ней, оглядывается на неё. Это лишь первые пробы на самостоятельность.

«Иди, я немножко поиграю один». Малыш просит маму остаться на стульчике в стороне, хорошо играет с педагогом и детьми, хорошо ориентируется в обстановке. У него появляются любимые игры и игрушки, он запомнил необходимые правила. Когда наступает такой момент, можно предложить маме подождать ребёнка в приёмной. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребёнка о том, что она ненадолго отлучится. И действительно ненадолго отлучается, если ребёнок согласен на это. Важно обратить внимание ребёнка на момент возвращения мамы. При этом ребёнку необходимо сказать, что мама не обманула его, она действительно отлучилась только на некоторое время и вернулась к нему. Постепенно можно увеличивать время отсутствия.

«Мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя». На этом этапе ребёнок, собираясь в детский сад, уже знает, что будет в группе один, и согласен на это. Он легко ориентируется в группе, активен в общении, обращается к воспитателю или другим мамам. Это завершающий этап в процессе становления психологической автономности ребёнка. Далее необходимо время для её укрепления. Здесь важна стабильность в работе группы. Она заключается в том, что с детьми всегда встречается знакомый педагог. Если в работе группы происходят какие-то изменения, необходимо подготовить к

этому ребёнку, объяснить, что нового произошло, даже побыть с ним некоторое время, пока он не почувствует себя хорошо.