

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 22 «РЯБИНУШКА»**

632640, Свердловская обл., г Талица, ул.Володарского,8
тел.8(34371) 2-45-59, e – mail: 22_ds_talica@mail.ru

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ «Детский сад № 22

«Рябинушка»

«Детский сад
№22
«РЯБИНУШКА»

И.А.Коноплина



**Программа психолого - педагогического сопровождения
процесса адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ
на 2024 - 2025 учебный год**

Подготовила:
Ляшенко М.В.,
педагог-психолог

2024 г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Принципы и подходы к формированию программы.....	5
3. Возрастные особенности психического развития детей 1,5 -3 лет.....	6
4. Психологическая характеристика процесса адаптации к ДОУ.....	11
5. Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ.....	14
6. Технология психолого-педагогической диагностики ребенка в период адаптации к ДОУ.....	18
7. Технология психологической поддержки детей в адаптационный период.....	21
8. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей.....	24
Список литературы.....	26
Приложения.....	28

1. Пояснительная записка

Актуальность программы и её обоснование

В каком бы возрасте ребенок ни пришел в детский сад, поступление в детское учреждение – серьезное стрессовое переживание, которое отражается на его психофизическом состоянии. Это объясняется тем, что ломается привычный стереотип жизни, позволяющий ребенку чувствовать себя спокойно и уверенно, так как он успел к нему приспособиться и уже примерно знает что за чем в течение дня последует и как это будет происходить. Второй чрезвычайный психотравмирующий фактор – разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребенке с рождения. Это вызывает ощущение тревоги, неуверенности, незащищенности и даже чувство брошенности.

В адаптационный период дети испытывают длительные эмоционально - отрицательные переживания: страх, тоску, тревожность, ухудшение самочувствия, частую смену настроения, что в свою очередь может являться источником ряда заболеваний. Совершенно непривычно и представляет значительную нагрузку для нервной системы ребенка пребывание среди 15-20 сверстников. Малыш включается в достаточно сложную систему отношений, распределения игрушек и внимания воспитателя, согласования намерений и желаний разных детей. Даже уровень шума в группе поначалу может быть сильным психотравмирующим фактором. Требуется немало времени, чтобы ребенок привык к новому распорядку дня, к общению с незнакомыми ему детьми и взрослыми.

Практика показывает, что при поступлении в детский сад ежегодно выделяется небольшая группа детей с осложненным течением адаптационного периода. Диагностическое наблюдение, осуществляемое педагогами ДООУ в период адаптации, подтверждает тот факт, что приблизительно у 5-8% малышей отмечаются ярко выраженные проявления тяжелого привыкания к новым условиям.

Чтобы адаптация ребенка к детскому саду была максимально

безболезненной, усилия педагогов должны быть сконцентрированы на использовании доступных психолого - педагогических средств для нивелирования симптоматики дезадаптации вновь прибывших малышей.

Основными условиями нормального психического развития ребенка признаются, в первую очередь, спокойная, доброжелательная обстановка, безусловное принимающее поведение педагогов и родителей. Практика подтверждает, что благоприятная психологическая атмосфера; правильно организованный педагогический процесс; здоровьесберегающая среда, обеспечивающая потребности ребенка в движении, творчестве и общении; добрый и справедливый педагог, внимательный и чуткий к любым проявлениям ребенка - это и есть основные условия, обеспечивающие психоэмоциональное благополучие малыша. В связи с этим при сопровождении вновь прибывших в детский сад детей на первый план выдвигается задача улучшения их психоэмоционального благополучия в адаптационный период вспомогательными психолого-педагогическими средствами.

Направленность программы по адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению по функциональному предназначению является специальной (организация адаптационного периода детей раннего возраста); по форме организации – групповой; по времени реализации — на период адаптации.

Новизна Программы состоит в том, что расширено взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: родители детей раннего возраста имеют возможность получать квалифицированную помощь по развитию и воспитанию детей. К числу наиболее актуальных проблем относятся: разработка и внедрение форм и методов организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения, создание единого благоприятного образовательно-воспитательного пространства ДООУ и семьи, повышение информационной культуры родителей, повышение профессиональной компетенции

сотрудников ДООУ по вопросам адаптации детей этого возраста.

Игры и упражнения, составляющие основу занятий, способствуют снятию психоэмоционального напряжения, снижению импульсивности, тревоги и агрессии, совершенствованию коммуникативных, игровых и двигательных навыков, развитию познавательных процессов, оптимизации детско-родительских отношений.

Участники программы

Воспитанники группы раннего возраста в количестве 18 человек, педагог – психолог, воспитатели и младшие воспитатели группы раннего возраста, родители воспитанников группы.

Цели и задачи программы

Цель программы: создание условий для успешной адаптации и развития детей раннего возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

Задачи программы:

1. снятие эмоционального и мышечного напряжения;
2. развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
3. развитие психических процессов, игровых навыков, начальных форм произвольного поведения, координации движений, крупной и мелкой моторики;
4. педагогическое просвещение родителей и педагогов по вопросам организации жизнедеятельности ребенка в ДООУ, обучения, воспитания и развития детей раннего возраста.

2. Принципы и подходы к формированию программы

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом

образования;

- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

3.Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста (1,5 - 3 года)

На втором году жизни ведущей деятельностью детей является предметная деятельность, в процессе которой ребенок осваивает культурные способы обращения с предметами окружающего мира. Для ребенка этого возраста характерна ярко выраженная познавательная активность, которая проявляется в любознательности, неумном исследовательском стремлении, в сосредоточенности на действиях с предметами. Предметная деятельность протекает в форме как самостоятельных действий с предметами, так и совместной деятельности, сотрудничестве со взрослым. Неотъемлемой частью такого сотрудничества является ситуативно-деловое общение, которое обслуживает практическую деятельность ребенка.

Предметная деятельность и общение определяют весь ход социально-личностного и познавательного развития ребенка. В процессе ситуативно-делового общения он начинает овладевать культурно-фиксированными действиями с предметами. Так, в процессе ежедневных режимных процедур малыш учится пользоваться предметами утилитарного назначения (ложкой, чашкой, расческой и т.д.), в повседневных совместных занятиях и играх с

дидактическими игрушками (пирамидками, вкладышами) он с помощью взрослого знакомится с сенсорными эталонами (формой, цветом, соотношением предметов по величине и др.) и простейшими правилами их использования. В играх с сюжетными игрушками он начинает действовать в условном плане, отражая доступными для себя способами часто наблюдаемые им действия взрослых.

В общении со взрослыми ребенок приобретает опыт практического взаимодействия с разными людьми. Ребенок чрезвычайно чувствителен к обращениям взрослых, охотно откликается на их инициативу. В то же время малыш и сам проявляет ярко выраженную инициативность, вовлекая взрослых в свои занятия, стремится продлить деловые контакты. В этом возрасте ребенок доверчиво относится не только к близким, но и к посторонним взрослым, с удовольствием предлагает им свои игрушки, охотно выполняет просьбы, способен налаживать совместную деятельность с ними.

На втором году жизни взрослый выступает для ребенка в самых разных качествах. Малышу по-прежнему необходимо внимание и ласка взрослого, но на первый план выдвигается потребность во взрослом как помощнике и доброжелательном соучастнике в действиях с предметами.

Все больше усиливается и роль взрослого как образца действий. На втором году жизни ребенок активно стремится подражать всему, что делают взрослые. Однако в этом возрасте ребенок чаще всего копирует внешнюю картину поведения взрослого, не обращая внимания на результативность того или иного действия.

Ребенок раннего возраста очень чувствителен к оценке взрослого. Похвала вызывает радость, стимулирует активность малыша, улучшает его отношение к взрослому, усиливает доверие к нему. Порицание, с одной стороны, огорчает ребенка, иногда даже ведет к прекращению деятельности, с другой – усиливает поиск оценки, что способствует уточнению способов действий с предметами.

На втором году жизни ребенок использует достаточно богатый репертуар коммуникативных средств. К ним относятся экспрессивно-мимические средства, в том числе выразительные жесты (ребенок смотрит взрослому в глаза, улыбается, смеется или сердится, принимает позу, выражающую просьбу взять его на руки, показывает на предметы); предметные действия, такие, как вкладывание игрушки в руку взрослого, обмен игрушками, совместные действия; предречевые вокализации, среди которых основное место занимает лепет. Основной характеристикой речи на этом этапе остается понимание ребенком речи взрослых.

Активная речь появляется в 1,5 года. Наступает период стремительного обогащения словаря и усложнения грамматического строя речи: на смену отдельным словам, имеющим смысл целого предложения, приходят фразы из двух, трех и более слов. На протяжении второго года артикуляционная сторона речи достаточно быстро совершенствуется.

Общение ребенка с взрослым все больше начинает опосредствоваться словом. К 2 годам малыш может называть многие предметы из своего окружения, людей, животных, известные ему явления природы, которые наблюдает или видит на картинках в книжках; он обращается с просьбами, рассказывает о чем-либо, задает вопросы. Речь обогащает опыт совместной деятельности с предметами.

Ребенок понимает назначение и основные качества употребляемых им предметов, знает свои вещи и с удовольствием демонстрирует их взрослым. Он становится более внимательным при выполнении действий по образцам.

Под влиянием взрослого ребенок все чаще отражает элементы своего жизненного опыта в игре с сюжетными игрушками. На втором году жизни начинает развиваться особая форма деятельности ребенка – процессуальная игра. В этот же период складывается его общение со сверстниками.

Во второй половине раннего возраста ведущая форма общения ребенка со взрослым остается прежней – ситуативно-деловой. Это общение, как и на предыдущем этапе, протекает на фоне предметной или игровой деятельности

и побуждается потребностью в сотрудничестве с взрослым. В то же время на этом этапе возрастного развития в общении ребенка с взрослым происходят существенные изменения, которые связаны с появлением речи.

Интенсивное развитие активной и пассивной речи в этот период приводит к тому, что это общение все более становится, не только предметно-действенным, но и речевым. Дети все чаще обращаются к взрослому, пользуясь словами, и лучше понимают речь взрослого. Развитие активной и пассивной речи на третьем году жизни является важным показателем психического развития ребенка. Речь в этом возрасте включена в общение; она формируется и развивается, прежде всего, как средство общения с взрослым.

На третьем году жизни предметная деятельность по-прежнему занимает ведущее место в развитии ребенка, но приобретает новые черты. Ребенок становится все более самостоятельным и умелым. Он уже достаточно хорошо владеет специфическими действиями, знает назначение бытовых предметов (ложки, щетки, расчески и др.) и хорошо умеет пользоваться ими.

Во второй половине раннего возраста существенно возрастает познавательная активность ребенка. Познавательная активность и предметная деятельность тесно связаны между собой и представляют собой две стороны одного процесса.

Познавательная активность проявляется в отношении детей к разным видам предметных действий, интересе к предметным задачам, длительности обследования предметов, самостоятельности и настойчивости в решении предметных задач. Ее отличительной чертой на третьем году жизни является настойчивое стремление к достижению результата, что побуждает ребенка обращаться за помощью к взрослому и более внимательно, чем раньше, следовать его инструкциям и пояснениям.

К концу раннего детства для ребенка становится значимым не только процесс действия, но и его результат. С середины третьего года жизни ребенок ставит цели, достижение которых соответствует значимому,

общепринятому результату, например, правильно сложить пирамидку, сделать домик из кубиков в соответствии с образцом и пр. Важным компонентом в структуре предметной деятельности становится появление способности самостоятельно оценивать полученный результат в соответствии с исходным замыслом. С возникновением этой способности ребенок обретает такое важное личностное качество, как самостоятельность, т.е. способность без внешних побудителей инициировать, исполнять и оценивать свои действия.

Самостоятельно и правильно выполненное действие доставляет ребенку огромное удовольствие, дает чувство собственной компетентности и независимости. Именно в этом возрасте ребенок начинает произносить известную фразу «я сам» и ограничивать участие взрослых в своих делах. Однако, несмотря на относительную самостоятельность, ребенок испытывает потребность в одобрении собственных действий, в подтверждении их правильности и успешности со стороны взрослого.

Все большее значение в развитии предметной деятельности начинает приобретать речь. Ребенок все чаще комментирует свои действия, обращается к взрослому с вопросами и просьбами, что помогает ему лучше регулировать свою деятельность.

На третьем году жизни углубляется дифференциация предметно-познавательной и игровой деятельностей, которая лишь намечалась на предыдущем этапе. Если предметно-познавательная деятельность осуществляется как познание и усвоение определенных, культурно-нормированных действий со знакомыми и малознакомыми предметами, то игровая – предполагает элементы творчества и становление игровых замещений.

4. Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОУ

Адаптация – это реакция организма и психики на меняющиеся условия среды. Она происходит постоянно, имеет защитный характер, потому что позволяет человеку перестраивать свою деятельность с учетом обстоятельств

и повышать ее продуктивность, т.е. развиваться.

Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в меняющихся условиях и сохранения своего психофизического благополучия.

Адаптация направлена на поддержание равновесия организма и среды в новых для ребенка условиях. Изменения, происходящие в процессе адаптации, затрагивают все уровни организма и психики. Поэтому все адаптационные возможности и адаптационные изменения необходимо рассматривать на трех уровнях: психофизиологическом, индивидуально-психологическом и социально-психологическом.

Новые условия, характеризующие ДООУ, объединяются в три группы:

1. Условия, связанные с новой организацией взаимодействия с взрослым:

- знакомство с новым взрослым и необходимость выполнять его требования;
- очень активные, неожиданные или незнакомые ребенку действия взрослого, адресованные ребенку или выполняемые поблизости от него;
- жесткая регламентация условий выполнения задач;
- изменение ситуации общения с взрослым, когда ребенок становится не единственным объектом внимания, а членом детской группы;
- поощрение и порицание взрослым действий;
- ограничение времени на выполнение действий, в том числе бытовых.

2. Условия, связанные с новой организацией среды:

- выход за пределы знакомого помещения;
- необходимость действовать самостоятельно в организованной свободной деятельности.

3. Условия, связанные с взаимодействием со сверстниками:

- встреча с коллективом ровесников;
- необходимость осуществлять все процессы жизнедеятельности вместе с другими детьми;

- наличие у ровесников незнакомых ребенку форм поведения в типичных ситуациях.

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность;
- особенности обменных процессов;
- тип нервной системы и темперамента;
- тренированность нервно-психических механизмов, которая достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, связанных с новыми впечатлениями;
- психологическое состояние ребенка в момент привыкания к новым условиям, например, стабильность положительных эмоций, чувство защищенности, доверия к окружающим, уверенность в себе и близких людях.

Проявления дезадаптации зависят от типа нервной системы ребенка (Е.И. Морозова). У возбудимых, расторможенных детей *первый этап адаптации* является негативистическим. Их поведение характеризуется острыми реакциями протеста и выраженными проявлениями аффективной и другой психопатологической симптоматики. Активный протест может вести к преодолению стрессовой ситуации. Однако при неверной оценке поведенческих реакций ребенка и последующих ошибочных воспитательных воздействиях взрослого такое деструктивное поведение ребенка может привести к формированию патологических черт характера.

У тревожных детей первым является депрессивный этап. Активный протест проявляется с отсрочкой – в домашней обстановке. В ДООУ дети внешне выглядят послушными и спокойными, что создает ложное впечатление хорошей адаптации. Дети безучастны к происходящему, пассивны, необщительны, отказываются от игры. Не наблюдается экспрессивных проявлений. Попытки взрослого установить контакт с детьми и вовлечь их в совместную деятельность вызывают тревогу, растерянность, которые переходят в беззвучный плач или бесцельное блуждание по

групповой комнате. Возникают навязчивые движения, а также поведенческие и эмоциональные признаки регрессии: утрата навыков опрятности, самообслуживания, появление симбиотической привязанности к матери, предпочтение тактильного контакта в общении со взрослым всем остальным формам общения.

Второй этап получил название псевдоадаптации. Дети по-своему приспосабливаются к психотравмирующей ситуации. В привычной и стабильной обстановке их поведение более адекватное. Общая подавленность иногда, например, на интересных занятиях, сменяется заинтересованностью. Свободная игра протекает в одиночестве, имеет нестойкий, кратковременный характер. На данном этапе фиксируются и стабилизируются невротические проявления, что выражается в нарастании тревожности, сензитивности, ранимости, пассивной подчиняемости, повышенной зависимости от взрослого. Возникает и усиливается невротическая тревога, проявляясь в ритуальном поведении – приверженности к строгому соблюдению порядка действий, например, при укладывании спать, на прогулке. Глубина депрессии и негативизма уменьшается, но расширяется круг невротических проявлений. Приспособление имеет «болезненный характер». Реакции псевдоадаптации распространяются на другие, не связанные с ДООУ, ситуации.

Третий этап предполагает подлинную адаптацию. О завершении процесса адаптации свидетельствуют следующие критерии:

- положительный эмоциональный фон;
- продуктивность действий в новых условиях;
- гибкость реакций на изменение привычной ситуации;
- инициативность в контактах с взрослым, сверстником;
- организованность поведения, отсутствие дискомфорта при выполнении режима дня, бытовых процессов;
- наличие самостоятельной деятельности по интересам.

Для успешной адаптации необходимо организовать удовлетворение

основных потребностей ребенка, как органических (в отдыхе, в пище и пр.), так и социальных (в доверительных контактах и сотрудничестве с взрослым, познании, признании, одобрении и т.п.), в новой среде и новыми средствами.

5.Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОО

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей к ДОО предполагает всестороннюю деятельность педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (диагностика, консультирование, просвещение, реализация программы) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги). Работа по программе осуществляется поэтапно.

I этап: подготовительный

Цель – изучение факторов риска, прогнозирование хода адаптации детей, разработка мер поддержки.

Предполагает мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов, психологическое просвещение родителей, сбор информации о детях.

Работа с детьми:

- первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей;
- определение прогноза течения адаптации;
- участие совместно с администрацией ДОО в составлении подвижного графика поступления детей в группу;
- участие в комплектовании групп;
- разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей;
- разработка карты индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период (*приложение 1*);
- составление психологического заключения по итогам первого этапа.

Работа с родителями (психологическое просвещение):

- выступление на родительском собрании на тему: «Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ» (*приложение 2*);
- создание информационной папки «Адаптация к ДООУ: советы психолога» (*приложение 3*);
- создание памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду» (*приложение 4*);
- анкетирование с целью составления психологического портрета ребенка, выявления факторов риска дезадаптации (*приложение 5*);
- индивидуальная консультация детско - родительской пары.

Работа с педагогами (психологическое просвещение):

- консультация для воспитателей «Степень адаптации детей к условиям детского сада»);
- работа с новинками литературы;
- информационный обмен;
- консультирование по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми, совместная разработка мер психолого - педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации»;
- помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.

II этап: основной

Цель – обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, создание благоприятного психологического климата в адаптационных группах.

Предполагает осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса (систематические наблюдения за поведением детей), корректировку мер их психолого - педагогической поддержки, проведение комплекса адаптационных игр, консультирование родителей и педагогов при возникновении затруднений, психологическое просвещение. Оказание помощи детям на данном этапе предполагает широкое использование

индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятия излишнего эмоционального возбуждения.

Работа с детьми:

- систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса;
- осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов адаптации (*приложение б*);
- конкретизация группы адаптации ребенка;
- корректировка мер психолого - педагогического сопровождения;
- разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к новым взрослым и сверстникам;
- реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения,
- формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.

Работа с родителями:

- индивидуальное консультирование по запросу или по инициативе психолога;
- подготовка рекомендаций, предложений, пожеланий;
- психологическое просвещение (выступления на родительских собраниях в группах на тему «Анализ процесса адаптации детей к ДОУ», стендовая информация в уголках групп, на интернет- сайте ДОУ, подбор и распространение специальной психолого- педагогической литературы).

Работа с педагогами:

- консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса;
- совместная оценка ситуации;
- помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям;

- рефлексия собственной деятельности, контроль за выполнением рекомендаций, прогноз результатов.

III этап: заключительный

Цель – анализ хода процесса адаптации детей к условиям ДООУ, формулировка выводов.

Предполагает осуществление итоговой диагностики уровня адаптированности (дезадаптации) детей к условиям ДООУ, участие в работе психолого-медико - педагогического консилиума, анализ проделанной работы.

Работа с детьми:

- наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно - образовательный процесс дошкольного учреждения;

- анализ течения процесса адаптации детей ДООУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса;

- анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно - образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей;

- разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.

Работа с родителями: индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДООУ.

Работа с педагогами:

- составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса; участие в работе психолого-медико - педагогического консилиума с целью:

а) системного анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно - образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных воспитанников;

б) координации действий специалистов по оказанию мер психолого - педагогической поддержки дезадаптированным детям;

в) коллективной разработки программ психолого - педагогического сопровождения дезадаптированных детей;

г) анализа выявленных психолого - педагогических затруднений в деятельности педагогов и определения путей их преодоления.

6. Технология психолого-педагогической диагностики ребенка в период адаптации к ДОУ

Психолого-педагогическая диагностика в период адаптации ребенка к ДОУ проводится в три этапа.

1-ый этап. Первичная диагностика

Цель: определить факторы, которые могут затруднить адаптацию, сильные и слабые стороны развития ребенка, его адаптационные возможности.

Методы:

1) Анкетирование родителей (приложение 5) - проводится до прихода ребенка в группу. Анкеты раздаются родителям в ходе первичного знакомства на общей встрече либо заполняются ими в ходе индивидуальной консультации у педагога-психолога. Вопросы в анкете характеризуют следующие особенности ребенка:

1-ая группа – психофизиологические;

2-ая группа – социально -психологические;

3-я группа – стереотипы в общении с взрослым;

В 4-ой группе каждый вопрос характеризует определенное проявление темперамента: 1– уровень активности, 2 – регулярность, 3 – реакцию на новые ситуации, 4 – приспособляемость, 5 – интенсивность реакции, 6 - характер настроения, 7 – настойчивость и сохранение устойчивого внимания, 8 – отвлекаемость, 9 – чувствительность.

Выявляется тип темперамента и особенности высшей нервной деятельности ребенка. Определяются типичные образцы взаимодействия с близкими взрослыми, чтобы избежать ломки коммуникативных стереотипов в адаптационный период. Выявленные в результате анкетирования

индивидуальные особенности ребенка позволяют составить его целостный психологический портрет, а также ориентировочно выявить возможные факторы дезадаптации.

2) Данные анкетирования дополняются *беседой с родителями. Задачи первой встречи с семьей:*

- выявить особенности семейного воспитания;
- дать возможность родителям проговорить свои опасения, связанные с помещением ребенка в детский сад;
- прояснить намерения и возможности родителей в организации первого месяца пребывания ребенка в детском саду;
- дать индивидуальные консультации при подготовке ребенка к посещению детского сада.

3) диагностика общения и предметной деятельности

Методика: диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет (Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю.).

Целью диагностического обследования является выявление актуального уровня психического развития поступающих в ДООУ детей. Предполагается, что индивидуальные особенности психического развития могут стать фактором, препятствующим благоприятному течению адаптационного периода.

Результат: полученные факты сравниваются с таблицей «Показатели адаптационных возможностей ребенка второго-третьего года жизни» (см. приложение 7), определяется прогноз на течение адаптации и составляется «Карта индивидуального сопровождения ребенка в адаптационный период» (см. приложение 1).

2-ой этап. Текущая диагностика

Цель: охарактеризовать ход адаптации, выявить возможные явления дезадаптации.

Метод: наблюдение за ребенком во время пребывания в ДООУ (см. приложение 6).

Организация: воспитатели и психолог наблюдают за ребенком, совместно заполняют «Листы адаптации». В процессе наблюдения фиксируются и оцениваются также отдельные возможные индивидуальные показатели дезадаптации:

- беспричинный плач;
- двигательное возбуждение;
- отсутствие самостоятельной активности;
- навязчивые движения или действия;
- вредные привычки;
- нарушения тактильных контактов со взрослым.

По каждому параметру дезадаптации указывается степень выраженности реакции по шкале: 5 баллов – очень часто; 4 балла – часто; 3 балла – достаточно часто; 2 балла – редко; 1 балл – иногда; 0 баллов – никогда.

На основе суммы баллов определяется уровень дезадаптации:

36-25 баллов – высокий;

25-14 баллов -средний;

13-4 балла – низкий;

3-0 балла – процесс адаптации завершается благополучно.

При необходимости вносятся коррективы в карту индивидуального сопровождения ребенка.

Результат: в конце каждой недели выделяют итоговые показатели в отношении каждого ребенка и группы детей.

3-й этап. Итоговая диагностика

Цель: определить уровень адаптированности (дезадаптации) ребенка к ДООУ.

Метод: наблюдение

Организация: за ребенком наблюдают в течение недели через 3 недели после начала посещения ДООУ.

Результат: составляют вывод об уровне адаптированности (дезадаптации) детей группы. Принимается решение о завершении процесса

адаптации или об оказании ребенку индивидуальной помощи специалистами ДОУ.

7.Технология психологической поддержки детей в адаптационный период

Общая цель поддержки ребенка в адаптационный период – формирование у него нового, совместно с другими детьми, способа жизнедеятельности и форм удовлетворения своих потребностей под руководством воспитателя.

1)Индивидуальное сопровождение ребенка в период адаптации к ДОУ

Индивидуальное сопровождение осуществляется при тяжелой степени адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения. Работа строится по результатам диагностики, исходя из конкретной ситуации (трудностей у ребенка, эмоциональных проявлений, поведенческих реакций). Обязательно сотрудничество с взрослыми (консультирование педагогов, родителей). Используется метод игровой терапии.

2)Групповое сопровождение детей в период адаптации осуществляется посредством осуществления игровых сеансов.

Цель игровых сеансов – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются основные задачи игровых сеансов:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности,тревоги, агрессии детей;
- развитие навыков взаимодействия друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Как правило, занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы. Эти упражнения создают

положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу. В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками. Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

Методы, структура занятий

Методы:

1. Игротерапия (игры с речевым сопровождением: хороводы, песенки, потешки, стишки, «ладушки», «догонялки»)
2. Элементы психогимнастики;
3. Элементы арт-терапии: рисование
4. Элементы танцевальной терапии;
5. Элементы сказкотерапии.

Структура занятия:

Основные части занятия	Время	Наименование составных частей	Повторяемость
I	2 мин.	Приветствие	Каждое занятие
II	5 мин.	Упражнение на установление контакта взглядов/физического контакта/обмена эмоциями	Каждое занятие
III	1 мин. 10 мин. 10 мин.	Основная часть: 1. Введение тематического персонажа 2. Повтор игр, новая игра 3. Совместная деятельность детей	1 раз в три занятия каждое занятие каждое занятие
IV	2 мин.	Прощание	Каждое занятие

Каждое занятие проводится в 2-3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие могут изменяться и варьироваться педагогом.

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 3 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется 4-5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

Работа по каждому из разделов дополняется задачами, связанными с профилактикой и торможением отрицательных эмоций. Их решение достигается как в процессе индивидуальных, так и групповых занятий с детьми, как психологом, так и воспитателем.

Приемы торможения отрицательных эмоций:

- переключение;
- игры с песком, водой;
- игры с бытовыми предметами; пальчиковые игры, сжимание пальцев (игрушки-пищалки);
- спонтанные, раскрепощающие движения (надувать щеки, рвать бумагу, топтать ногами);
- игры с озвученными игрушками (бубен, барабан, погремушка и т.д.)

Место (роль) программы в образовательном процессе

Занятия проводятся в первые два месяца: сентябрь-октябрь. Так как малыши нередко болеют и после болезни нуждаются в повторной адаптации (да и пополнение группы вновь поступающими детьми происходит неравномерно), рекомендуется проводить занятия не только в первые два месяца, но и на протяжении всего учебного года. Представленные занятия можно реализовывать через групповую и подгрупповую форму работы с детьми, элементы занятия возможно использовать в индивидуальной работе и включать в режимные моменты.

В случаях сохранения низкого уровня адаптации, рекомендуется продолжение коррекционно-развивающей работы и поддерживающих мер до окончания адаптационного периода в форме индивидуальной и подгрупповой работы.

Ожидаемые результаты

1. преобладание радостного или устойчиво-спокойного эмоционального состояния;
2. активное контактирование со взрослыми, детьми, окружающими предметами;
3. формирование начального уровня произвольности поведения и деятельности.

8. Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей 2-3 лет

№	Тема занятия	Содержание занятия
1	«Солнышко пришло к нам в гости»	1.Приветствие 2.Знакомство 3.Ввод игрового персонажа «Солнышко» 4.«Поиграем вместе» 5. «Солнечный зайчик» 6.Прощание
2	«Прятки с солнышком»	1.Приветствие 2.«Волшебное зеркало» 3.«Солнечный зайчик» - повторение 4.«Прятки с солнышком» 5.Прощание
3	«Солнышко и дождик»	1.Приветствие 2.Ласковое имя 3.«Прятки с солнышком» - повтор игры 4. «Солнышко и дождик» 5.Совместная деятельность «Наше солнышко» 6.Прощание
4	«Путешествие в лес»	1.Приветствие 2.Ласковая цепочка 3.Отправление в лес 4. «Кто пришел к нам в гости?» (заяц) 5. «Кто лучше разбудит» 6.Прощание

5	«В гости к нам медведь пришел»	1.Приветствие 2. «Ласковая цепочка» 3. «В лес по веревочке» 4.Повтор игры «Кто пришел к нам в гости» (медведь) 5.Повтор игры «Кто лучше разбудит» 6. Игра «Медвежонок» 7.Прощание
6	«Ребята на цветочной поляне»	1.Приветствие 2 «Ласковая цепочка» 3 «В лес на паровозе» 4.Повтор игры «Медвежонок» 5. Игра «Листочек падает» 6.Совместная деятельность «Цветочная поляна» 7. Прощание
7	«Прилетел к нам в гости воробей»	1.Приветствие «Ласковая цепочка» «Прилетел к нам в гости воробей» «У птички болит крылышко» «Вообушки» Прощание
8	«Прятки с воробьем»	Приветствие «Ласковая цепочка» «Игра с воробушком» Повтор игры «Воробушки» «Прятки с воробьем» Прощание
9	«Гнездо для птички»	Приветствие «Ласковая цепочка» Повтор игры «Прятки с воробьем» Игра «Птицы и авто» Совместная деятельность «Гнездо для птички» Прощание»
10	«В гости к нам пришел Петрушка»	Приветствие «Покажу как я люблю» Встреча Петрушки Игра танец «Делай как я или буги – вуги»

		Прятки с Петрушкой Прощание
11	«Наши дружные ладошки»	Приветствие «Покажу как я люблю» Повтор танца «Буги – вуги» Игра «Делай, как...» Игра «Встаньте в круг» Совместная деятельность «Дружные ладошки» Прощание
12	Слушание сказки «Знаешь как я тебя люблю..»	Приветствие «Покажу как я люблю» Повтор игры «Встаньте в круг» Игра «Захлопали в ладоши» Слушание сказки «Знаешь как я тебя люблю..» Прощание

Список литературы

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ: Практическое пособие. Авт.-сост. Белкина Л.В. – Воронеж «Учитель», 2006
2. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб.: Речь, Образовательные проекты; М.: Сфера, 2010
3. Калинина Р.Р. Тренинг развития личности дошкольника: 2-е изд., доп. и перераб. - СПб.: Речь, 2005
4. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДООУ: практ. пособие / Н.В. Кирюхина. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006
5. Терехина О.А. Здравствуй, детский сад!: психолого-педагогическое сопровождение в период адаптации к дошкольному учреждению / О.А. Терехина, В.С. Богословская. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2006
6. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению .- М.: Книголюб, 2003
7. Смирнова Е.О., Галигузова Л. Н., Ермолова Т. В., Мещерякова С. Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет — М.: АНО «ПЭБ», 2007
8. Психологическая безопасность ребенка раннего возраста. Современные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Игровой материал / авт.-сост. Ю.А. Афонькина. - Волгоград: Учитель, 2012

Приложение 1

Карта наблюдения за воспитанником во время адаптационного периода

Фамилия, имя _____

Дата заполнения 1-й части _____ 2-й части _____

Параметры	Характеристики	1- часть	2- часть
1. Настроение	Бодрое, уравновешенное		
	Неустойчивое, раздражительное		
	Подавленное		
2. Длительность засыпания	Спокойное, бодрое (до 10 мин.)		
	Неустойчивое		
	Неспокойное, медленное		
3. Сон	Спокойный, соответствует возрасту		
	Неустойчивый		
	Неспокойный, не соответствует возрасту		
4. Аппетит	Хороший		
	Избирательный, неустойчивый		
	Плохой		
5. Навыки самообслуживания	Соответствует возрасту		
	Не всегда		
	Не соответствует возрасту		
6. Инициативность в игре	Умеет найти себе дело		
	Не всегда		
	Нет		
7. Самостоятельность в игре	Умеет играть самостоятельно		
	Не всегда		

	Сам не играет		
8.Инициативность во взаимоотношениях с взрослыми	Вступает в контакт сам		
	Не всегда		
	Сам не вступает в контакт		
9.Результативность действий	Доводит начатое дело до конца		
	Не всегда		
	Не доводит		
10.Идёт на контакт со взрослыми	Легко		
	Избирательно		
	Трудно		
11.Идёт на контакт с детьми	Легко		
	Избирательно		
	Трудно		
12.Реакция на отрыв от матери	Отходит от матери, проявляет интерес к окружающему		
	Отрывается не сразу		
	Периодически возвращается, плачет		

Приложение 2

Выступление педагога-психолога на родительском собрании.

«Адаптация детей к детскому саду»

Здравствуйте, уважаемые родители! В первую очередь хочется поздравить вас с началом первого года пребывания вашего ребенка в детском саду. И пожелать, чтобы успехи ваших малышей радовали вас из года в год, и их нахождение в детском саду было приятным и незабываемым. Хочется отметить, что на период нахождения в стенах детского сада, для ваших деток станут родными людьми воспитатели вашей группы. Призываю вас относиться к ним с пониманием, уважением и стараться находить взаимопонимание в любых ситуациях.

Поступление малыша в детский сад - это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям даётся легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошёл для ребёнка безболезненно. Для этого между нами, должны установиться дружеские, партнёрские отношения. Каждому ребёнку рано или поздно приходится социализироваться, т.е, становиться способным жить среди других людей. Это необходимый для всех этап.

Адаптация - это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением.

Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях:

- 1) физиологическом – ребёнок начинает часто болеть;
- 2) психологическом – ребёнок может капризничать, плохо есть и спать, он может быть агрессивным или подавленным, много плакать;
- 3) социальном – ребёнок «теряется» в окружающем мире, становится менее самостоятельным.

Причины тяжёлой адаптации к условиям ДОУ:

- 1) неумение себя обслужить;
- 2) отсутствие опыта общения со взрослыми и сверстниками;
- 3) неумение занять себя игрушками;
- 4) различный режим ДООУ и семьи.

Поступление в сад – это момент отделение мамы от ребёнка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвётся сердце», когда она видит, как переживает её малыш.

Как же помочь ребенку адаптироваться к новым условиям?

- Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается. Нужно постараться осознать, что малыш вовсе не «слабое» создание. Адаптационная система ребёнка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать.

-Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неуютно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в ней ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком. Ни в коем случае не прерывайте повествования. Пока не настанет этот момент. Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании.

- Не делайте перерывов в посещении — неделька дома не поможет малышу адаптироваться к садику, но при этом не водите ребенка в детский сад, если он не здоров, это затормозит процесс адаптации и усугубит его.

- В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Лучше на время отменить походы в гости, сократить время просмотра телевизора, так как нервная система малыша и так затрачивает весь резерв нервной системы на адаптацию к детскому саду и дополнительная нагрузка может негативно отражаться на состоянии ребенка.

- Не будите ребенка в детский сад в последний момент, разбудите на 10 минут раньше, чтобы собираться в сад без спешки, спокойно, беседуя о том, как он спал, какое его настроение и так далее.

- И дома и в саду говорите с малышом уверенно, спокойно. Проявляйте

доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – при раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую кроха берет с собой в садик. Видя, что зайчик «так хочет в сад», малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением.

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.

- Обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту.

- Придумайте свой ритуал прощания (поцелуй, помахать рукой или еще что-то), после чего вы уходите уверенно, чем дольше Вы топчитесь на месте, тем больше волнуется малыш.

- Парадоксально, но факт - хорошо, что кроха плачет. Поверьте, у него настоящее горе. Плач - помощник нервной системы, он не даёт ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребёнка за нытьё.

- Нельзя пугать детским садом, место, которое пугает ребенка, никогда не станет его любимым местом.

- Нельзя плохо отзываться о воспитателях или о саде при ребёнке.

- Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

- Если ваше чадо «впало в детство» (так называемый псевдо «регресс»), например, вернулся к соске или бутылочке с молоком, «разучился» что-то делать, не стыдите его и не впадайте в панику. Это временное состояние, которое помогает малышу расслабиться и успокоиться.

Как снять напряжение у ребёнка после детского сада?

- По выходным играйте с детьми в напольную игру «Дорога от дома к детскому саду», «Наш дом», «Мамина работа», «Папина работа», «Магазин», «Детский сад».

-После посещения детского сада наберите в ванну тёплой воды или включите душ, положите ребёнку игрушки, дайте губку. Ничего так не успокаивает, как звук струящейся воды.

- Исключите просмотр вечерних телепередач — мерцание экрана неблагоприятно влияет на нервную систему ребёнка.

-Прогуливайтесь с ребёнком по территории детского сада, интересуйтесь его переживаниями.

Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:

- глубокий сон;
- охотное общение с другими детьми,
- хороший аппетит;
- бодрое эмоциональное состояние;
- полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- соответствующая возрасту прибавка в весе.

На этом я заканчиваю своё выступление. Если у кого-то возникли вопросы, задавайте.

Спасибо за внимание!

Стендовая информация «Советы психолога»

Обеспечьте малышу постепенное вхождение в новые условия. Постарайтесь не оставлять его сразу на целый день. Желательно первое время забирать тогда, когда малыш еще не устал, и ему не хочется уходить. Тем самым Вы сформируете у него желание снова прийти в сад.

Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете, постарайтесь строго выполнять свои обещания. Если малыш плачет при расставании с Вами, твердо скажите ему, что Вы его оставляете на несколько часов, что так надо, что Вы его любите и обязательно придете за ним в определенное время. Сократите «сцену прощания», придумайте «ритуал прощания». И, конечно, не забудьте похвалить ребенка за спокойное расставание.

Постарайтесь на время адаптации до минимума снизить нагрузку на нервную систему малыша. Для этого обеспечьте спокойную семейную обстановку, на время исключите походы в цирк, театр, гости. В выходные дни дома постарайтесь соблюдать такой же режим, как и в детском саду.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. На начальном этапе дети зачастую чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома чаще обнимайте малыша, играйте с ним в веселые подвижные игры, поощряйте выражение эмоций, детский смех.

Терпимо относитесь к детским слезам, капризам. Помните, что малышу сейчас нелегко, а слезы – естественный выход отрицательных эмоций.

Проявляйте гибкость. Проблемы адаптации могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. Поэтому важно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем, но не стоит делать перерывы в посещении сада без основательных причин.

Поддерживайте контакт с воспитателями. Расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребенка, обсуждайте возникающие проблемы.

Адаптация ребенка к детскому саду



Ваш ребенок пошел в детский сад. Мы хотим, чтобы этот непростой период в его жизни прошел как можно мягче. Для этого нам нужна Ваша помощь! Чтобы адаптация ребенка к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать побольше об особенностях этого сложного периода.

Что такое адаптация? Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям. Дома ребенок привык к определенному образу жизни, режиму, видам деятельности, характеру пищи, взаимоотношениям с окружающими, правилам поведения и т.д. В детском саду большинство условий будет новыми и непривычными для ребенка, к ним малышу придется приспосабливаться и привыкать. Адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом временных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

- нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание);
- нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый);
- меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

- повышение температуры тела;
- изменения характера стула;
- нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, малыш может вернуться к соске, его речь затормаживается и др.)

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуально-личностных особенностей малыша: типа его нервной системы, степени общительности и доброжелательности, уравновешенности, наличия/отсутствия привычки выполнять требования взрослых, сформированности навыков самообслуживания и т.д.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Возраст ребёнка. Труднее адаптируются к новым условиям дети в возрасте до двух лет. После двух лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту они становятся более любознательными, у них более богатый опыт поведения в разных условиях.

2. Состояние здоровья и уровень развития ребёнка. Здоровый, хорошо развитый ребёнок легче переносит трудности социальной адаптации.

3. Сформированность предметной и игровой деятельности. Такого ребёнка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.

4. Индивидуальные особенности. Дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду. Одни дети плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого реагируют бурным протестом. Но проходит несколько дней, и поведение ребёнка меняется: аппетит, сон восстанавливаются, ребёнок с интересом следит за игрой других детей. Другие, наоборот, в первый день внешне спокойны. Без возражения выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят, не принимают участия в играх. Такое поведение может продолжаться несколько недель. Эти дети нуждаются в особой помощи воспитателя и родителей. Внешне спокойное, но подавленное эмоциональное состояние может длиться долго и привести к заболеванию.

5. Условия жизни в семье. Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств (умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и детьми, самостоятельно обслуживать себя и т. д.) Если ребёнок приходит из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения.

Мальчики более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Всегда нелегко привыкают к детскому саду единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к

исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в учреждении дошкольного образования.

В период адаптации воспитатели, по мере своих сил и возможностей, стараются обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку, дать максимум ласки и заботы. На первых этапах вхождения ребенка в условия детского сада воспитатели стремятся получить как можно больше информации о новых детях – об их особенностях и привычках – и учитывать их при взаимодействии с малышами. Поэтому не избегайте бесед с воспитателями о Вашем ребенке, рассказывайте больше.

Но успешность адаптации вашего малыша будет зависеть не только от воспитателей и от самого ребенка, но во многом и от Вас. В Ваших силах помочь ребенку войти в новые условия – в условия детского сада – как можно более безболезненно. Для этого Вам необходимо психологически готовить ребенка к детскому саду заранее и соблюдать следующие рекомендации.

Что же для этого нужно?

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребёнок идёт в детский сад, там ему будет хорошо, о нём будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошёл в садик».
2. Соблюдайте режим дня! Заранее узнайте режим работы учреждения дошкольного образования и за один-два месяца постарайтесь, чтобы ваш ребенок привык к нему.
3. Постарайтесь приблизить рацион питания ребенка к рациону детского сада. Не следует кормить его только протертой пищей!
4. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.
5. Необходимо обратить особое внимание на формирование у детей навыков самообслуживания. Ребенок, умеющий самостоятельно есть, раздеваться и одеваться (кроме застегивания пуговиц и завязывания шнурков), не будет

чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого, что положительно скажется на его самочувствии.

6. Создавайте в восприятии ребенка положительный образ детского сада! Познакомьте малыша со зданием детского сада, с его территорией. Покатайте его на качелях, горке, поиграйте на спортивной площадке. Расскажите сказку о детском саду. Например: «Жила-была девочка (мальчик). Она была умной, красивой, веселой. Когда стала большой, ее приняли в детский сад. Детский сад – это волшебный домик, куда мамы и папы приводят своих детей. Им в детском саду очень хорошо: они играют, поют, танцуют, кушают, гуляют. А еще там много игрушек, особенно... (называйте любимые игрушки вашего ребенка). Девочке (мальчику) очень понравилось в детском саду, особенно кататься на горке, качелях, помнишь, как мы с тобой! Ты у нас большая и скоро пойдешь в сад. Я уверена, что тебе там понравится».

7. Заранее готовьте ребенка к временной разлуке. Пример: «Ты стал большим, взрослым. Тебя уже приняли в детский сад. Мы будем ходить на работу, а ты - в детский сад. Так все делают. Ты у нас очень хороший, и мы тебя любим. Мы уверены, что ты нас не подведешь!

Первые дни малыша в детском саду

На протяжении периода адаптации ребенку приходится особенно нелегко, поэтому родителям в это время очень важно правильно вести себя, поддерживая кроху и хваля его даже за незначительные успехи.

Рекомендации родителям:

1. От того, как относятся к необходимости вести ребенка в сад взрослые, во многом зависит протекание адаптации. Уверенность и спокойствие мамы передается малышу.

2. Не исчезайте внезапно и не обманывайте малыша. Иногда родители боятся не справиться с собственными переживаниями при расставании с крохой, поэтому, как только ни о чем не подозревающий ребенок заходит в группу, они быстро исчезают. Такая неизвестность очень сильно пугает малыша. Приведя ребенка в сад,

обязательно скажите, что сейчас Вы уйдете по делам, но скоро обязательно за ним вернетесь. Будьте конкретны и откровенны (например, «Я иду на работу, а ты пока поиграешь с ребятами, после обеда за тобой приду»).

3.Время пребывания ребенка в детском саду должно увеличиваться постепенно. Воспитатель, наблюдая за малышом, подскажет Вам, когда он будет готов остаться на обед, а затем и на дневной сон.

4.После возвращения из сада старайтесь проводить с ребенком больше времени.

5.Постарайтесь снизить эмоциональную нагрузку малыша (не посещайте места массовых развлечений, играйте в спокойные игры и т.д.).

6.Будьте терпеливыми к капризам ребенка, ведь оказавшись дома, малыш, возможно, захочет выплеснуть накопившиеся у него эмоции.

7.Так как в период адаптации дети часто болеют, лучше начинать посещать садик в то время, когда у родителей есть возможность остаться с ребенком дома.

Выводы

Адаптация ребенка к детскому саду – это нелегкий, но очень важный процесс. В норме он протекает от нескольких недель до нескольких месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка. Готовиться к переменам желательно заранее: познакомить малыша с режимом дня в саду, расширить круг общения, развивать навыки самообслуживания. На успех адаптации значительно влияет отношение родителей к саду, ведь психологическая готовность и уверенность мамы передается крохе. Помните, что в это время ребенок особенно нуждается в заботе и поддержке.

Успешной Вам адаптации!

Анкета для родителей

Давайте познакомимся!

Ф.И.О ребёнка _____

Возраст _____ Дата рождения _____

1. Какое обычно состояние у ребёнка (спокойное, плаксивое, агрессивное, возбуждённое, заторможенное, др)

2. Чем больше всего любит заниматься ребёнок _____

3. В какие игры любит играть ребёнок _____

4. Любимая игрушка _____

5. Что может вызвать у ребёнка наибольшую радость _____

6. Часто ли капризничает _____

7. В чем выражаются отрицательные эмоции ребенка (страх, крик, плач).

8. Бывают ли у ребёнка следующие проявления:
(угрызение ногтей, сосание соски, пальца, недержание мочи (дневное, ночное), кала)

9. Часто ли
ребенок болеет, какие заболевания перенес _____

10. Есть ли у ребёнка аллергия (пищевая, бытовая или др.

11. Как ребенок относится к пище? (ест сам, кормят взрослые) __

12. Характер сна у ребенка (быстро засыпает, сон длительный, спокойный, кратковременный, тревожный) _____

13. Владеет ли ребёнок бытовыми навыками: самостоятельно одевается; пользуется унитазом, горшком; обращается с ложкой и вилкой и

т. _____

14. Боится ли ребенок пространства большой комнаты, остаться один, детей, взрослых, каких - то животных, др.? _____

15. Как ребёнок относится к незнакомым взрослым? (легко идёт на контакт, трудно, избирательно) _____

16. Как ребёнок относится к детям? (легко идёт на контакт, трудно, избирательно) _____

17. К какому из членов семьи ребенок больше привязан _____

18. Как ребёнок переносит разлуку с матерью? (легко, быстро успокаивается, тяжело успокаивается, др) _____

19. Единодушны ли члены семьи в воспитании ребёнка в выражении: поощрений _____ наказаний _____ запретов _____ разрешений _____

20. Как Вы поощряете ребёнка _____

21. Какие методы наказания используете _____

22. Есть ли у ребёнка родные брат или сестра (напишите их имена и возраст) _____

23. Вы сами готовы расстаться с ребенком на целый день _____

24. Что Вас беспокоит _____

Спасибо

Приложение 6

ФИО ребенка _____

Возраст _____ **Группа** _____

Дата поступления _____

Критерии адаптированности ребенка к дошкольному учреждению		Дни наблюдения/число										
Аппетит	Хороший											
	Избирательный											
	Неустойчивый											
	Плохой											
Засыпание	Быстрое (до 10 мин)											
	Медленное											
	Спокойное											
	Неспокойное											
	С дополнительными воздействиями											
	Без дополнительных воздействий											
Продолжительность сна	Соответствует возрасту											
	Не соответствует возрасту											
Отношение к высаживанию на горшок	Положительное											
	Отрицательное											
Навыки опрятности	Просится на горшок											
	Не просится, но бывает сухой											
	Не просится, ходит мокрый											

Отрицательные привычки (сосет пустышку, палец, раскачивает ся т.д.)	Нет													
	Есть (какие?)													
Познавательная и игровая деятельность	Активен													
	Активен при поддержке взрослого													
	Пассивен/реакция протеста													
Взаимоотношения со взрослыми	Инициативен													
	Принимает инициативу у взрослого													
	Уход от взаимоотношений/реакция протеста													
Взаимоотношения с детьми	Инициативен													
	Вступает в контакт при поддержке взрослого													
	Пассивен, реакция протеста													
Речь	Нет													
	Ответная													
	Инициативная													
Эмоциональные состояния	Бодрость													
	Спокойствие													
		Уравновешенность												
		Тревожность												
		Раздражительность												

	Гневливость													
	Агрессивность													
	Плаксивость													
	Страхи													
	Резкая смена настроения													
	Склонность к уединению													
Реакция на смену ситуации	Принимает													
	Тревожность													
	Не принимает													

Группа адаптации_____

Приложение 7

Показатели адаптационных возможностей ребенка второго - третьего года жизни

Компонент адаптации	Факторы благополучной адаптации	Факторы риска дезадаптации
1	2	3
Психофизиологический	Стабильное чередование сна	Нарушения сна
	и бодрствования Умение сигнализировать о своих нуждах Координация движений, двигательная целенаправленность Сформированность мелких движений рук	Повышенная возбудимость или пассивность, заторможенность. Двигательное беспокойство, нецеленаправленность движений. Слабая координированность движений. Ручная неловкость. Избирательность в пище. Неумение сигнализировать о своих нуждах, дискомфорте. Тремор конечностей. Нарушение терморегуляции. Повышенная чувствительность к сенсорным раздражителям.
Индивидуально-психологический	Способность к самостоятельным действиям. Целенаправленность действий, настойчивость в достижении целей. Избирательность, активность внимания. Положительный эмоциональный фон. Разнообразие эмоций и способов их выражения.	Пониженный или повышенный фон настроения, резкие перепады настроения. Монотонный плач. Вредные привычки, невротические действия. Частые аффективные реакции. Сниженный интерес к окружающему.

	Любознательность, исследовательская активность.	
Социально- психологический	Доброжелательность. Готовность к коммуникативному отклику. Инициативность в общении. Положительное отношение к поручениям, просьбам взрослого, стремление их выполнять. Интерес к действиям взрослого и ровесников. Стремление к активному подражанию. Умение выражать свои желания, намерения. Стремление демонстрировать свои достижения взрослому. Положительное отношение к оценке взрослого, адекватная реакция на замечания, запреты.	Негативные личностные образования: замкнутость, застенчивость, пугливость, капризность. Недостаточно выраженная способность к активному подражанию. Негативный опыт общения с людьми. Экзальтированная, тревожная привязанность к одному из членов семьи. Эмоциональная холодность в общении с матерью. Бедность коммуникативного опыта. Пассивность в общении. Боязнь новых взрослых, сверстников.

