

## *«Адаптация ребенка в детском саду»*

Слово «Адаптация» означает «приспособление к новому, неизвестному».

У маленького ребенка весь окружающий его мир – это МАМА. Он познает мир её глазами, видит в нем то, чему его научили. Его окружают люди родные, близкие. Живя в семье в определенных условиях, ребенок постепенно приспосабливается к условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи, к людям которые его окружают. Это его МИР, в котором он живет. Другого мира он еще не знает.

В этом мире у него формируются различные привычки: он привыкает к режиму дня, способу кормления, укладывания, формируются определенные взаимоотношения с родителями, привязанность к ним, родным людям.

Отдавать ребенка в детский сад или нет – вопрос многих семей. Родителям страшно менять то, чего они достигли в воспитании своего малыша.

В случае, если установленный в семье порядок почему-то изменяется, обычно поведение ребенка временно нарушается. Это нарушения уравновешенного поведения объясняется тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые.

Недостаточно развиты у ребенка адаптационные механизмы, в частности слабые тормозные процессы и относительно мала подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребенка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходит не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребенка, при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остается каких-либо отрицательных последствий, т. е. ребенок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском саду показывает, что этот процесс приспособления, т. е. адаптации к новым условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьезных 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)
- Повышение температуры тела
- Изменения характера стула
- Нарушение некоторых приобретённых навыков (ребенок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)

В своей работе мы используем все методы и приёмы, чтобы ребенок, который пришел первый раз в группу, чувствовал себя не брошенным мамой, а заинтересованным в познании чего-то нового, необычного.

При первой встрече с родителями даем заполнить анкету где сверху написано: «Мы рады, что вы попали в нашу группу». Эта анкета дает возможность познакомиться с родителями ребенка, где они указывают домашний адрес, телефон, место работы, особенности поведения своего ребенка, его привычки, чем он любит заниматься, во что любит играть.

Длительность привыкания к новым социальным условиям. А также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным плачем, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не

принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать через 6-8 дней или даже позже. При всем этом признакам выделяются определенные группы, к которым принадлежит ребенок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребенок, будет строиться работа с ним.

Для того, чтобы узнать, к какой группе отнести ребенка, во время адаптационного периода заполняю адаптационные листы для каждого ребенка. В них я отражаю с каким настроением ребенок пришел в детский сад, его организаторские способности, как он кушает, спит, играет и общается с детьми своего возраста. На основании показателей адаптационных листов делаю выводы, к какому виду относится ребенок и планирую работу с каждым индивидуально.

Очень часто встречаются ситуации, когда ребенка нельзя однозначно определить в ту или иную адаптационную группу. Т. е. модель его поведения находится на «стыке» «двух групп», т. е. является пограничной. Своеобразный переход из одной группы в другую показывает динамику развития процесса привыкания ребенка к условиям детского учреждения.

### **Что сделать родителям и воспитателям для того, чтобы адаптационный период проходил для ребят безболезненным и легким?**

#### ***Что должны знать родители?***

Чем чаще ребенок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке около дома, т. е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретенные умения и навыки в обстановку детского сада.

Неформальное посещение детского сада. Т. е. прогулки по территории детского сада, наблюдение за играми детей на прогулке, сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть красочным и позитивным. Старайтесь показать в своем рассказе ребенку, как весело и хорошо детям в детском саду.

Так как каждый поступивший ребенок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).

В первые дни ребенок должен прибывать в группе не более 2-3 часов.

Для первых посещений рекомендуются часы, отведенные для прогулок, игр.

Это позволяет быстрее определить группу поведения ребенка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.

Установление эмоционального контакта ребенка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека.

В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребенком и воспитателем в новой ситуации.

Очень полезны экскурсии по группе, в которых принимают участие ребенок и родители.

Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

#### **НЕОБХОДИМО:**

До приема выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребенка (анкета).

В первые дни не нарушать, имеющиеся у ребенка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребенка к новому укладу жизни.

Приблизить домашние условия к особенностям детского сада; внести элементы режима, упражнять ребенка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслужить.

В зависимости от уровня навыков общения ребенка, контакт, установленный с семьей, должен быть дифференцирован, т. е. в соответствии с группой адаптации ребенка должны быть определены объем и содержание работы с семьей.

Не все мгновенно увидят плоды своих трудов. Адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до 2-3 месяцев. Особенно, если ребенок заболел во время адаптации. Иногда, после выздоровления, ребенку приходится привыкать заново. Но, хочу вас заверить, что это не показатель. Не следует беспокоиться, глядя на других детей, которые очень быстро привыкли к детскому саду. Все дети индивидуальны, к каждому нужен свой подход.

Я думаю, что с вашей помощью мы найдем ключик к каждому ребенку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша забота и любовь к детям, иными словами согласованная работа с семьей, опирающаяся на знания возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей ребенка и необходимых условий воспитания ребенка до поступления в детский сад, позволит решить проблему на должном уровне.