

Адаптация ребенка к условиям ДОУ

Детский сад – это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Поступление ребенка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций (динамического стереотипа) крохи, приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни.



Адаптация к дошкольному учреждению – сложный период, как для детей, так и для взрослых: родителей, педагогов.

Основные критерии адаптации ребенка к условиям ДОУ:

К основным критериям адаптации относятся:

- ✓ поведенческие реакции;
- ✓ уровень нервно – психического развития;
- ✓ заболеваемость и течение болезни;
- ✓ главные антропометрические показатели физического развития (рост, вес).



Различают степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

1. Легкая адаптация:

- ✓ временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- ✓ аппетита (норма по истечении 10 дней);
- ✓ неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.),

изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20-30 дней;

- ✓ характер взаимоотношений с взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
 - ✓ функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает. Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно).
2. Средняя адаптация: все нарушения выражены более и длительно: сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней, ориентировочная деятельность (20 дней), речевая активность (30-40 дней), эмоциональное состояние (30 дней), двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней. Взаимодействие с взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).
3. Тяжелая адаптация (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип адаптации характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения). Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии. При тяжелой

адаптации, как правило, дети болевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

4. Очень тяжелая адаптация: около полугода и более. Встает вопрос, – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовый» ребенок.

Однако как бы ни готовили ребенка к ДОО, все равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса.

Адаптационный период можно условно разделить на несколько этапов:



I этап - подготовительный.

Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка от переутомления. Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

II этап – основной.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, смогут найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

III этап – заключительный.

Ребенок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.



Меры, облегчающие адаптацию:

1. Провести первое знакомство родителей и ребенка с ДОО.
2. Приходя в детский сад, желательно познакомиться с группой, куда будет ходить ребенок, с сотрудниками, работающими там.
3. В адаптационный период нежелательно разрушать любые привычки, в том числе и вредные (например, если ребенок сосет палец, не засыпает без соски или пения и т.п.), так как это осложнит приспособление к новым условиям. На момент поступления в детский сад необходимо предупредить воспитателя о «особых» привычках ребенка, если таковые имеются.
4. Необходимо тренировать у ребенка систему адаптационных механизмов, приучать его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.
5. Нужно придерживаться режима дня максимально приближенного к режиму в ДОО.
6. Готовится к посещению сада лучше вместе. Ребенок будет более заинтересован посещением ДОО, если родители, покупая необходимые вещи, будут привлекать и ребенка.

7. Накануне первого посещения детского сада необходимо напомнить малышу, что завтра он идет в группу, и ответить на все вопросы.
8. Первые несколько дней (приблизительно неделя, иногда до трех недель) желательно присутствие родителей в группе, на прогулке вместе с ребенком, т.к. с мамой ребенок чувствует себя уверенно и спокойно. В период адаптации пребывание ребенка в детском саду укорочено.
9. Важно избегать обсуждения при ребенке волнующих проблем, связанных с детским садом.
10. Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим.
11. Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.



Адаптационный период считается законченным, если:

- ребенок ест с аппетитом;
- быстро засыпает, вовремя просыпается;
- эмоционально общается с окружающими;
- играет.