

Адаптация детей к условиям в ДОУ

Дошкольный возраст - уникальный, самоценный и важнейший период становления человека и его здоровья. Первые годы жизни ребенка - важный этап в его формировании.

Период адаптации является очень важным для детей, вновь поступающих в детский сад. Разная степень социальной готовности обусловлена неодинаковым уровнем развития личности ребенка, особенностями социального окружения, условиями семейного воспитания и другими факторами. Поступление ребёнка в ДОУ вызывает, как правило, серьёзную тревогу у взрослых. Ребёнок в семье привыкает к определённому режиму, к способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

Успешная адаптация способствует нормальному развитию человека, поддержанию его душевного здоровья.

Детский сад - образовательное учреждение для общественного воспитания детей дошкольного возраста. И является первым звеном в системе образования.

Адаптации - это приспособление организма к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

Характер адаптации зависит от следующих факторов:

- возраста ребенка. Труднее адаптируются дети от 10-11 месяцев до 2 лет. После двух лет дети легче приспосабливаются к новым условиям. После двух лет дети намного легче приспосабливаются к новым условиям жизни. Это можно объяснить тем, что ребенок любознательный, его можно заинтересовать занятиями, игрушками. Дети хорошо понимают речь взрослого их легче успокоить, опыт общения с другими детьми;
- состояния здоровья и уровня развития ребенка. Хорошо развитый и здоровый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации;
- индивидуальных особенностей. Дети, одного возраста, ведут себя по-разному в первые дни пребывания в детском саду;
- биологических и социальных факторов. К этим факторам относят токсикозы и заболевания матери во время беременности, осложнения при родах и заболевания в первые три месяца жизни ребенка, а так же частые заболевания до поступления в детский сад. К социальным факторам относят условия жизни в семье: создания режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а так же личностных качеств, которые соответствуют возрасту. Если ребенок приходит в детский сад из семьи, где не были созданы все условия для правильного развития ребенка. Такому ребенку трудно привыкнуть к новым условиям;

условия тренированности адаптационных механизмов. Такая тренировка сама по себе не происходит. Для нее необходимо создать все условия которые требуют от ребенка новых форм поведения. Дети, которые попадали неоднократно в разные условия, легче привыкают к дошкольному учреждению;

- опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми. Важно, чтобы общение в семье у ребенка сложились доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относиться к требованиям взрослого. На характер адаптации влияет степень сформированности навыков самообслуживания.

Так же характер адаптации зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся в семье отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Темпы адаптации детей будут различны. **Для успешной адаптации необходимо контакт родителей и воспитателей, умение и желание взаимно сотрудничать.** Благополучная адаптация создает внутренний и внешний комфорт. **Рекомендациями для успешной социальной и психической адаптации является приближение к дошкольному режиму перед поступлением в детский сад. Ребенок раннего возраста не может самостоятельно заявить о своих проблемах,**

поэтому они проявляются через отставание в развитии, капризность, агрессивность и т.д. В адаптационный период время пребывания в дошкольном учреждении должно быть укорочено. Исходя из индивидуальных особенностей поведения ребенка, время пребывания в группе увеличивать постепенно.

Дети, поступая в дошкольное учреждение плачут, другие проходят в группу уверенно, особо не беспокоясь. Они внимательно выполняют все действия за воспитателем. Такие дети легко прощаются с родными людьми или идут с ними в группу. Поведение ребенка говорит о том, что он нуждается в общении со взрослыми. Ребенок не хочет оставаться без мамы в группе, воспитатель предлагает маме остаться. Чувствуя поддержку родного и близкого человека, ребенок со временем начнет интересоваться окружающими его игрушками.

Когда ребенок пошел в детский сад жизнь всей семьи меняется и потребуется время для приспособления к новым жизненным обстоятельствам.

Все дети, поступающие в дошкольное образовательное учреждение, проходят через адаптационный период. Для успешного прохода ребенка через адаптационный период, необходимо постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение.

Многие ученые выделяют три степени адаптации: легкую; среднюю; тяжелую.

При легкой адаптации отрицательно эмоциональное состояние длится недолго. Малыш в данный период плохо спит, есть, играет с детьми. В течении первого месяца все нормализуется. Острых заболеваний не возникает. У ребенка преобладает радостное или устойчивое состояние, он активно контактирует со взрослыми и детьми.

При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершиться без каких-либо осложнений. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно, новый раздражитель способствует отрицательным эмоциональным реакциям. При поддержке взрослого ребенок проявляет интерес к познавательной деятельности и легче привыкает к новой ситуации.

Адаптационный период бывает легкий, быстрый и почти безболезненный, а бывает - тяжелый. Какой вид адаптации будет у ребенка - никто не знает, но он зависит от многих факторов, начиная с условий протекания беременности и кончая особенностями центральной нервной системы ребенка и стиля воспитания принятого в семье ребенка. Легко или сложно будет протекать адаптационный процесс ребенка - сможет определить опытный педиатр. Но при любом прогнозе отрицательные сдвиги всё же будут происходить, отклонения на всех уровнях и во всех системах организма. Эти отклонения являются лишь малой частью того, что можно понаблюдать в поведении малыша. Ребенок все это время находится под нервно-психическим напряжением, которое не останавливается ни на минуту. Вот по - этому часто ребенок находится на грани стресса или испытывает его в полном объеме.

С психикой также происходят изменения. Малыша после поступления в детский сад совсем не узнать частые истерики и капризы. Ребенок растерял навыки самообслуживания, которые знал. Такой процесс психологи называют регресс. Ребенок реагирует на стресс «отступая» в развитии и теряя то, что он приобрел. Навыки к нему возвращаются, и все встает на свои места к концу адаптационного периода. Ребенок также в адаптационный период становится нервным и пугливым, а также не хочет посещать дошкольное учреждение.

Страх - постоянный спутник адаптационного периода. Ребенок скрытую угрозу видит во всем, попадая в новую обстановку. Он боится незнакомых детей, нового помещения, чужих взрослых, которых он должен теперь слушаться, боится сделать что-то не так и быть наказанным. И, наконец, он панически боится, что мама его забудет, не придет за ним. Дети не очень легко налаживают контакт с детьми, т.к. всегда была рядом мама за которую можно спрятаться. А теперь ребенок сам за себя. Как только малыш наладит

контакт со сверстниками в детском саду - адаптационный период ребенок прошел. Этот стимул, который отвлекает от тоски по маме.

Но, наконец, наступает такой момент: отпросившись с работы, мама летит в детский сад, с ужасом представляя себе, как малыш стоит под дверью, ждет её и плачет, плачет. Она залетает в группу и с удивлением видит свое чадо вовсе не плачущим, а весело играющим с другими детьми. Мало того: он со слезами молит не забирать его, а дать поиграть еще немного.

Но это еще впереди. А пока над малышом властвует стресс.

Что же провоцирует стресс ребенка в период адаптации к детскому саду? Это - отрыв от матери. Известно, что в этом возрасте малыш неразрывно связан с мамой. Мама - это самое главное, что есть у него, его воздух, его жизнь. И вдруг мама «обменяла» его на какую-то работу. Предала. Именно так расценивает эту ситуацию трехлетний ребенок.? Чтобы в этой обстановке «выжить» необходимо вести себя здесь не так, как дома. Но малыш еще не знает этой новой формы поведения и оттого страдает, боясь сделать что-то не так. При легкой степени адаптации ребенок быстро (до 1 мес.) вырабатывает новый стиль поведения. Если этот первый урок выживания пройден успешно, то в дальнейшем малыш будет быстро адаптироваться в любой новой обстановке на протяжении всей жизни. И это один из основных аргументов сторонников детского сада.

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для ребенка это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Таким образом, на основании выше сказанного можно сделать следующий вывод, что процесс адаптации - это приспособление организма к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависит течение адаптационного периода, который может продолжаться иногда в течение полугода, а также, дальнейшее развитие малыша. Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению его эмоционального состояния.

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей. Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует установить контакт с семьей.

Задача воспитателя успокоить взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке