

Походнева Елена Владимировна
необходимо обеспечить постепенный переход ребенка и семьи в
дошкольное учреждение.

Для этого я использовала модель организации адаптационного
периода (приложение 1).

Работу проводила в несколько этапов:

1 этап – Прогноз адаптации.

Прогноз адаптации – это первая встреча с мамой и малышом.
Цель этой встречи – определение степени тяжести адаптации
малыша, выявление умений и навыков, его готовности к
поступлению в ДООУ. Для его составления получить информацию
можно из двух источников: анкетирование родителей
(приложение 2); прямой контакт с ребенком. В результате
наблюдения за поведением ребенка можно выделить 4 степени
прогноза возможной адаптации.

1. Легкая: ребенок спокоен, вступает в контакт по своей
инициативе, может обратиться к взрослому с вопросом. Умеет
занять себя сам, умеет играть рядом с другими детьми.
Адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя
после них свое поведение.
2. Адаптация средней тяжести: ребенок вступает в контакт,
наблюдая за действиями воспитателя, либо через включение
телесных ощущений. Напряженность первых минут
постепенно спадает, малыш способен вступать в контакт по
своей инициативе.
3. Тяжелая: контакт с ребенком удастся установить только через
родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни
на чем не задерживаясь, не может развернуть игровых
действий, выглядит встревоженным.
4. Очень тяжелая адаптация: с ребенком за время первой
встречи не удастся установить контакта.

Во время первой встречи родители получают памятки и
рекомендации по подготовке ребенка к посещению детского сада
(приложение 3, 4).

2 этап – Подготовительный.

Цель этого этапа – создание эмоционально комфортных условий
пребывания в детском саду через совместные встречи с
будущими воспитанниками и их родителями. Цель этих встреч
расположить к себе родителей и получить от них подробную
информацию о ребенке. Для этого использую анкетирование –
медицинское (сведения о состоянии здоровья ребенка можно
уточнить у медицинской сестры ДООУ) и социальное (приложение
5, 6, 7). Для детального знакомства ребенка с детским садом
предлагаю рассмотреть дома фотоальбом «Здравствуй, малыш!»

Походнева Елена Владимировна
(приложение 8). На этом же этапе провожу родительское собрание (приложение 9), в конце которого родители получают памятку «Адаптация ребенка к дошкольному учреждению» (приложение 10).

3 этап – Этап наблюдений.

Цель: поэтапный прием детей в группу с учетом прогноза степени адаптации каждого ребенка; оформление листов адаптации.

Для малыша менее болезненное расставание с мамой – это постепенная разлука. Поэтому я работаю по системе поэтапного привыкания к детскому саду. Учитывая все особенности этого периода (страх новизны, обостренную чувствительность к разлуке с мамой и т.д.) был составлен алгоритм прохождения адаптации:

1 неделя – ребенок приходит в детский сад накормленный и остается в группе в течение двух часов (без мамы или с мамой – в зависимости от прогноза адаптации).

2 неделя – ребенок находится в детском саду в течение трех часов без мамы, завтракает.

3 неделя – ребенок находится в детском саду без мамы с 8.00 до 12.30. К концу недели, по желанию, он может остаться на дневной сон.

4 неделя – ребенок находится в детском саду в течение всего дня с 8.00 до 16.30. Первые дни недели целесообразно забирать ребенка домой сразу после дневного сна (15.00), постепенно увеличивая время его пребывания в группе.

Переход на следующий шаг алгоритма вхождение осуществляется только после успешного преодоления ребенком предыдущего. Последовательность в реализации всех этапов алгоритма, шаг за шагом – залог успешного вхождения малыша в детский сад.

Детей с легкой адаптацией (по прогнозу) к детскому саду родители могут приводить на время работы группы с 8.00 до 12.30 часов. Родителям, у чьих детей прогнозируется адаптация средней тяжести, предлагается приводить ребенка на прогулку и гулять вместе с ним. Дети с прогнозируемой тяжелой и очень тяжелой адаптацией также приходят в детский сад к 10 часам на прогулку. Перед воспитателем стоит задача установить, в первую очередь, тесный контакт с родителями. Ребенок, наблюдая такие отношения, начинает с большим доверием относиться к персоналу группы. Примерно 1-2 недели такие дети приходят только на прогулку. Далее работа строится по общему плану. Можно построить примерный график приема детей (приложение

Походнева Елена Владимировна

11). При составлении графика важно учитывать, что ежедневно в группу можно принимать не более двух новых детей.

При первом знакомстве ребенка с помещениями группы и их предметным содержанием надо особо обратить его внимание на те объекты, которые станут «собственностью» малыша (шкафчик, кровать, горшок). Важно, чтобы ребенок понял, что в этом пока еще чужом для него доме есть вещи, принадлежащие только ему. Постепенное осознание этого позволит малышу привыкнуть к новым условиям. Но если в игровом уголке малыш сам выбирает любой предмет для исследования и воспитатель не вмешивается в его выбор, то с предметами «личной собственности» каждого ребенка необходимо знакомить специально.

Домик для твоей одежды.

При первом знакомстве со шкафчиком ребенок вместе с воспитателем и мамой обходят раздевалку, рассматривают картинки на шкафчиках. Объясните малышу, что это маленькие домики, в которых живут туфельки и сапожки, кофточки и шапочки, курточки и шубки. Они приходят сюда вместе с ребятами. Покажите малышу его шкаф и предложите ребенку раздеться и пройти в группу. При этом необходимо помнить, что ребенка нельзя заставлять раздеваться и, если он отказывается, не стоит настаивать на этом. Желательно, чтобы малыш положил в свой шкафчик хоть какой-нибудь предмет своей одежды.

Кроватка ждет, малыш.

Прежде чем показать ребенку его кроватку, необходимо провести небольшую подготовку. Для начала выясните, с чем и как любит засыпать ребенок дома, поют ли ему песенку и какую, приговаривают ли что-то и что именно, засыпает ли малыш с любимой игрушкой. Покажите малышу его кроватку, предложите потрогать какая мягкая подушка, какое теплое одеяло. Если малыш засыпает дома с игрушкой, предложите принести её в детский сад на время сна. Пока малыш будет обедать и играть, медвежонок или собачка «устроятся» в кроватке и будут ждать его там. Если ребенок не захочет спать, разрешите ему это, сказав, что он только полежит в кровати со своей игрушкой и что он может тихонько поговорить с ней. Обязательно немного посидите рядом с малышом, приласкайте его, погладьте.

Много времени и сил в этот период придется уделить формированию у детей навыков самообслуживания. В новых условиях даже те дети, которые дома сами ели, одевались, пользовались горшком, могут начать просить покормить их, помочь одеться. В этом проявляется подсознательное желание

Походнева Елена Владимировна
ребенка проверить, готовы ли взрослые заботиться о нем, любят ли они его. Поэтому никогда не отказывайте малышу в помощи. Однако тех детей, которые просто не умеют что-то делать, терпеливо и настойчиво учите, одновременно помогая им. Ребенок должен чувствовать, что вы учите его не для того, чтобы он не докучал вам своими просьбами, а для того, чтобы он умел все делать сам, как большой. Поэтому-то обучение должно всегда сочетаться с помощью.

При поступлении на каждого ребенка оформляю лист адаптации (приложение 12) и веду дневник наблюдений (приложение 13). В процессе прохождения этапов алгоритма постепенного вхождения в детский сад, дети остаются без родителей в группе, в течение всего дня. И в этот момент важно помочь малышам положительно реагировать друг на друга, сплотить коллектив. Передо мною встал вопрос: Как создать положительный эмоциональный настрой в группе; стремление помогать, поддерживать друг друга; помочь малышам преодолеть стрессовое состояние. И здесь на помощь пришла игра. Игра является основным видом деятельности малыша, важнейшим условием его полноценного психического развития. На 3 году жизни она обеспечивает его развитие по трем основным направлениям. Во-первых, игра открывает большие возможности для становления целенаправленной деятельности. Во-вторых, в игре ребенок усваивает назначение предметов и овладевает обобщенными действиями с ними. В-третьих, игра создает благоприятные условия для развития самосознания. Помимо задач, связанных с психическим развитием ребенка, с помощью игры решаются и другие задачи: создание в группе эмоционально – положительной атмосферы, формирование у ребенка чувства доверия и привязанности к воспитателю, облегчения адаптационного периода. Ребенок должен видеть воспитателя доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре.

Первые игры провожу фронтально, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием; подбираю игры, в которых все дети выступают как равноправные участники и совершают вместе одинаковые действия. Малыши с удовольствием играют в сюжетные игры, например «Загляните ко мне в окошко...», «Я иду к вам в гости с подарками...» и т.д.; игры с предметами, например «Игра с собачкой», «Покружимся» и т.д. (приложение 14).

Игры стараюсь выбирать с учетом игровых возможностей детей, места проведения, типа темперамента (приложение 15).

Походнева Елена Владимировна

Очень любят малыши игры с песком и водой.

В период адаптации возможен применения метод «песочной терапии». Игры с песком – это проявление естественной активности ребенка. Первые контакты детей друг с другом происходят именно в песочнице. Именно поэтому естественно использовать песочницу проводя обучающие, развивающие и коррекционные занятия. Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Песок имеет замечательное свойство «заземлять» негативную психическую энергию, стабилизировать эмоциональное состояние.

Песочница является привлекательной средой для осуществления сказкотерапевтического подхода. Песочница – прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным. Педагоги получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент. Через игры с песком легко решаются такие задачи, как развитие коммуникативных навыков, то есть умения нормально общаться.

Все игры можно условно разделить по трем направлениям:

1. Обучающие (они облегчают процесс обучения ребенка);
2. Познавательные (с их помощью познается многогранность нашего мира);
3. Проективные (через них осуществляется диагностика, коррекция и развитие ребенка).

На этапе адаптации используются обучающие игры, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Эти несложные упражнения способствуют стабилизации эмоционального состояния, что в высшей степени важно в первые дни пребывания ребенка в дошкольном учреждении. (приложение 16). Для малышей важна возможность приятного физического контакта со взрослым, ощущение защиты, тепла, ласки. В ходе игры необходимо обеспечить каждому ребенку пусть кратковременный, но индивидуальный контакт с воспитателем. Играть с детьми, в описанные выше игры, может быть понадобится в течение месяца, а может быть, и дольше. Это зависит от того, как скоро малыши привыкнут к воспитателю и детскому саду.

Еще одним подходом в установлении доброжелательного отношения ребенка с воспитателем и детьми в период адаптации можно использовать чтение сказок.

Каждая сказка обладает своей неповторимостью. Существует множество видов сказок (медитативные, дидактические, художественные, психопрофилактические и т.д.), но в процессе адаптации детей приемлемы художественные сказки.

Походнева Елена Владимировна

Слушая сказку, которую воспитатель читает с эмоционально-насыщенным выражением, выделяя нужные моменты, ребенок эмоционально привязывается к воспитателю и детям, переживая события сказки снимается напряжение по поводу отсутствия родителей, он «впитывает» философские смыслы, стили взаимоотношений и модели поведения, потом может разыгрывать это с друзьями. Причем, все процессы осмысления протекают на бессознательно-символическом уровне. Многократно проживая события одной и той же сказки, ребенок косвенно приобретает значимый для себя жизненный опыт.

Наша жизнь многогранна, поэтому сюжеты народных сказок многообразны. Например: сказки о животных, взаимоотношениях людей и животных. Дети до пяти лет идентифицируют себя с животными, стараются быть похожими на них. Поэтому о животных лучше передают маленьким детям жизненный опыт.

Также в процессе адаптации детям можно включать звуки живой природы. Негромкая, веселая, мелодичная музыка вызывает у детей улыбку. Они начинают под нее приплясывать, следовательно, музыка тоже может быть использована как средство вовлечения ребенка в общение со взрослым.

4 этап – Этап анализа и выводов.

Вот и подошел к концу самый трудный и такой важный период в жизни ребенка – период адаптации. Малыши с удовольствием играют и занимаются.

На этом этапе проводим сравнительный анализ протоколов групповой диагностики и анализ адаптационных листов, выявляем детей с тяжелой степенью адаптации (для продолжения индивидуальной работы с ними). К анализу привлекаю родителей. Посредством анкетирования узнаю их мнение об адаптации (приложение 17).

Как уже говорилось выше проблема адаптации существует не одно десятилетие. Над ее решением работают и теоретики, и практики. Свой опыт по подготовке ребенка к детскому саду имеет каждое дошкольное учреждение. Алгоритм прохождения адаптации практически одинаков во всех педагогических коллективах. Успех этой работы зависит как от родителей, так и от воспитателей.

Проанализировав свою работу я пришла к выводу, что обеспечить оптимальное течение адаптационного периода можно только при условии плавного перехода ребенка из семьи в ДООУ и при тесном взаимодействии педагога и родителей, то есть при помощи модели адаптационного периода.

Анализ практики показал, что большинство типичных проблем, связанных с адаптацией, можно снять путем установления с родителями отношений диалога и партнерства. Ценным в таких отношениях являются равноправные позиции, позволяющие своевременно прояснить без оценки и критики желания и

Походнева Елена Владимировна

возможности каждой из сторон, способность педагога признать собственное несовершенство, терпимо относиться к фактам несовершенства родительского поведения. В результате трудности адаптационного периода сводятся к минимуму.

Обобщив результаты своей работы, на основе диагностического обследования детей и сравнительного анализа разных лет, я пришла к выводу, что реализация построенной мною модели организации адаптационного периода при поступлении ребенка в детский сад, является важным аспектом совершенствования здоровьесберегающего компонента путем предотвращения психосоматических заболеваний у детей раннего возраста. Общим эмоциональный фон поведения малышей стал положительным, снизилась тревожность, дети свободно вступают в контакт со сверстниками и взрослыми, проявляют активность в игровой и познавательной деятельности.

Критериями оценки эффективности данной модели служат следующие показатели:

- сравнительный анализ течения адаптационного периода у детей в разные годы;
- динамика роста количества детей с легкой степенью адаптации и соответственно снижение количества детей с тяжелой степенью адаптации;
- диагностика уровня адаптированности детей к дошкольному учреждению;
- отзывы родителей и их участие в программе адаптационного периода (приложение 18).

Походнева Елена Владимировна

Библиографический список:

1. Арнаутова Е.П. «В гостях у директора» - Москва, 2004 - 206с.
2. Ватутина Н.Д. «Ребенок поступает в детский сад» - Москва: Просвещение, 1983 - 79с.
3. Доронова Т.Н. «Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями» - Москва, 2002 - 110с.
4. Доронова Т.Н., Соловьева Е.В., Жичкина А.Е., Мусиенко С.И. «Дошкольные учреждения и семья» - Линка – Пресс Москва 2001, - 224с.
5. Доронова Т.Н., Гербова В.В. «Программа и руководство для воспитателей 1 младшей группы детского сада» Москва «Просвещение» 1993 – 223с.
6. Журнал «Дошкольное воспитание» 4-2006 – 127с., 3-2006 – 127с. Статьи С.Теплюк «Улыбка малыша в период адаптации».
7. Журнал «Дошкольное воспитание» 7-2004 – 128с. Статья Г.Зубова «Семейное воспитание детей раннего возраста». Психолого – педагогическая помощь родителям в подготовке малыша к посещению детского сада.
8. Журнал «Дошкольная педагогика» 2-2007 Издательство «Детство – Пресс». Статья Е.Е. Алексеева «Проблемы адаптации родителей и детей к детскому саду» - 72с.
9. Журнал «Дошкольное воспитание» 8-1993 – 96с. Статья Е.Соловьева «Адаптация ребенка к условиям детского сада».
10. Журнал «Ребенок в детском саду» 3-2008 Издательский дом «Воспитание дошкольника». Статья Т.Лукина «Ребенок идет в детский сад: адаптация родителей» - 96с.
11. Лапина И.В. «Адаптация детей при поступлении в детский сад» Издательство «Учитель» Волгоград 2010 – 127с.
12. Научно – практический журнал «Управление ДОУ» 3-2003 – 128с.
13. Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2 – 4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» Москва 2004 – 110с.