

«Адаптация ребенка в детском саду»

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, капризничают и плачут перед входом в группу.

Адаптационные процессы охватывают три стороны: ребенка, его родителей и педагогов. От того, насколько каждый готов пережить адаптацию, зависит конечный результат - спокойный ребенок, с удовольствием посещающий дошкольное образовательное учреждение.

Вопросы адаптации ребенка к детскому саду поднимаются и решаются уже не один десяток лет. Но актуальность их не ослабевает. Это связано со многими аспектами нашей жизни: изменился детский сад, меняются дети и их родители. Проблемы адаптации к детскому саду возвращаются вокруг ребенка. Именно на него устремлены беспокойность родителей и профессиональный взгляд педагогов.

Ребенок

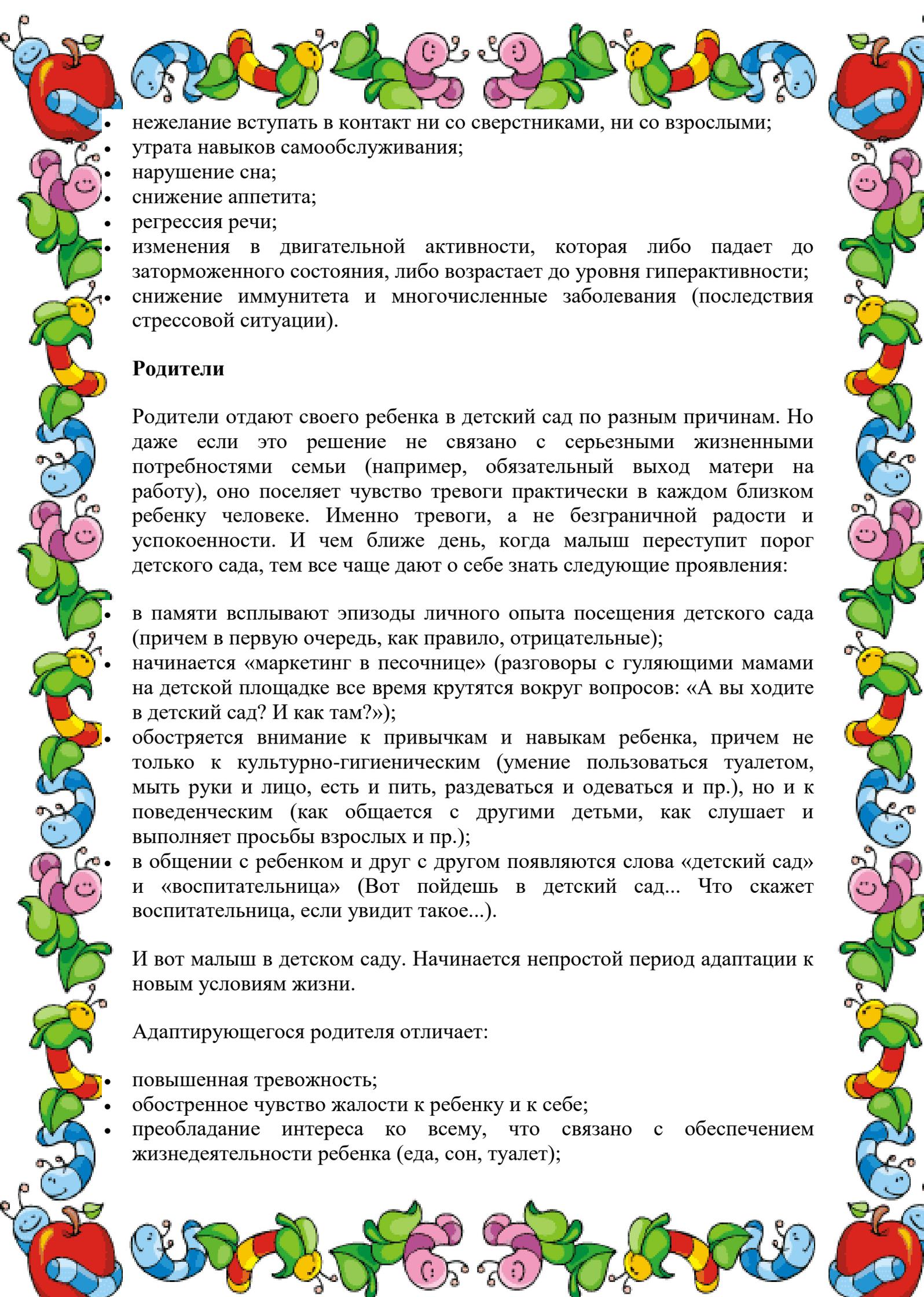
Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. В привычный, сложившийся жизненный уклад ребенка в буквальном смысле этого слова врываются следующие изменения:

- четкий режим дня;
- отсутствие родных рядом;
- длительный контакт со сверстниками;
- необходимость слушаться и подчиняться незнакомому взрослому;
- резкое уменьшение персонального внимания именно к нему;
- особенности нового пространственно-предметного окружения.

Адаптация - это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке. Адаптация ребенка к ДОУ сопровождается различными негативными физиологическими и психологическими изменениями.

Адаптирующегося ребенка отличает:

- преобладание отрицательных эмоций, в том числе страха;

- 
- нежелание вступать в контакт ни со сверстниками, ни со взрослыми;
 - утрата навыков самообслуживания;
 - нарушение сна;
 - снижение аппетита;
 - регрессия речи;
 - изменения в двигательной активности, которая либо падает до заторможенного состояния, либо возрастает до уровня гиперактивности;
 - снижение иммунитета и многочисленные заболевания (последствия стрессовой ситуации).

Родители

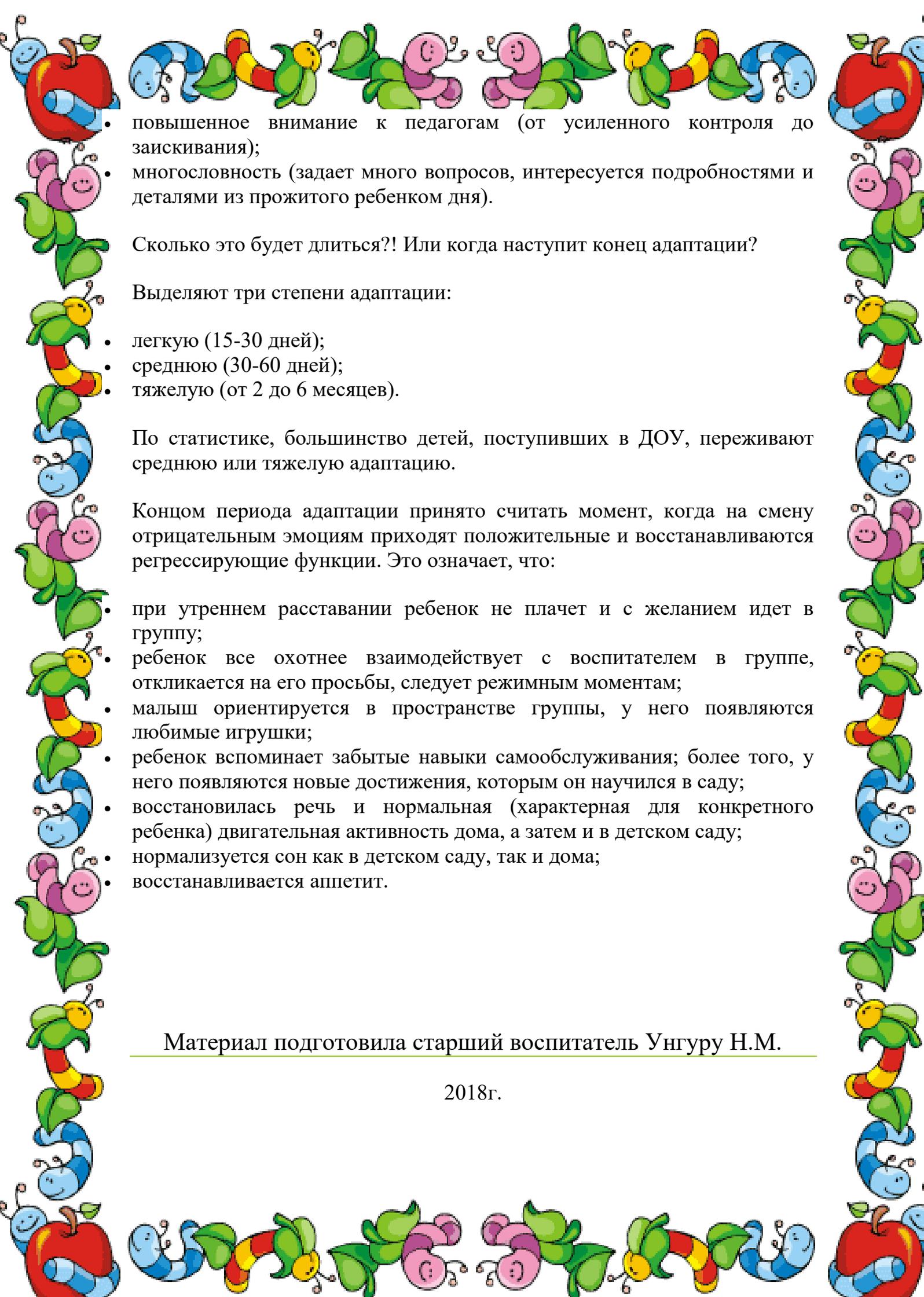
Родители отдают своего ребенка в детский сад по разным причинам. Но даже если это решение не связано с серьезными жизненными потребностями семьи (например, обязательный выход матери на работу), оно поселяет чувство тревоги практически в каждом близком ребенку человеке. Именно тревоги, а не безграничной радости и успокоенности. И чем ближе день, когда малыш переступит порог детского сада, тем все чаще дают о себе знать следующие проявления:

- в памяти всплывают эпизоды личного опыта посещения детского сада (причем в первую очередь, как правило, отрицательные);
- начинается «маркетинг в песочнице» (разговоры с гуляющими мамами на детской площадке все время крутятся вокруг вопросов: «А вы ходите в детский сад? И как там?»);
- обостряется внимание к привычкам и навыкам ребенка, причем не только к культурно-гигиеническим (умение пользоваться туалетом, мыть руки и лицо, есть и пить, раздеваться и одеваться и пр.), но и к поведенческим (как общается с другими детьми, как слушает и выполняет просьбы взрослых и пр.);
- в общении с ребенком и друг с другом появляются слова «детский сад» и «воспитательница» (Вот пойдешь в детский сад... Что скажет воспитательница, если увидит такое...).

И вот малыш в детском саду. Начинается непростой период адаптации к новым условиям жизни.

Адаптирующегося родителя отличает:

- повышенная тревожность;
- обостренное чувство жалости к ребенку и к себе;
- преобладание интереса ко всему, что связано с обеспечением жизнедеятельности ребенка (еда, сон, туалет);

- 
- повышенное внимание к педагогам (от усиленного контроля до заискивания);
 - многословность (задает много вопросов, интересуется подробностями и деталями из прожитого ребенком дня).

Сколько это будет длиться?! Или когда наступит конец адаптации?

Выделяют три степени адаптации:

- легкую (15-30 дней);
- среднюю (30-60 дней);
- тяжелую (от 2 до 6 месяцев).

По статистике, большинство детей, поступивших в ДОО, переживают среднюю или тяжелую адаптацию.

Концом периода адаптации принято считать момент, когда на смену отрицательным эмоциям приходят положительные и восстанавливаются регрессирующие функции. Это означает, что:

- при утреннем расставании ребенок не плачет и с желанием идет в группу;
- ребенок все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам;
- малыш ориентируется в пространстве группы, у него появляются любимые игрушки;
- ребенок вспоминает забытые навыки самообслуживания; более того, у него появляются новые достижения, которым он научился в саду;
- восстановилась речь и нормальная (характерная для конкретного ребенка) двигательная активность дома, а затем и в детском саду;
- нормализуется сон как в детском саду, так и дома;
- восстанавливается аппетит.

Материал подготовила старший воспитатель Унгуру Н.М.

2018г.