

Составила методические рекомендации «Создание условий для успешной адаптации детей раннего возраста по программе первые шаги»

Воспитатель: Назмудинова Елена Михайловна

**Адаптация** – это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке. А для ребёнка детский сад, несомненно, является новым пространством, где он встречает много незнакомых людей и ему приходится приспосабливаться. Все это определяет актуальность и практическую значимость данной темы.

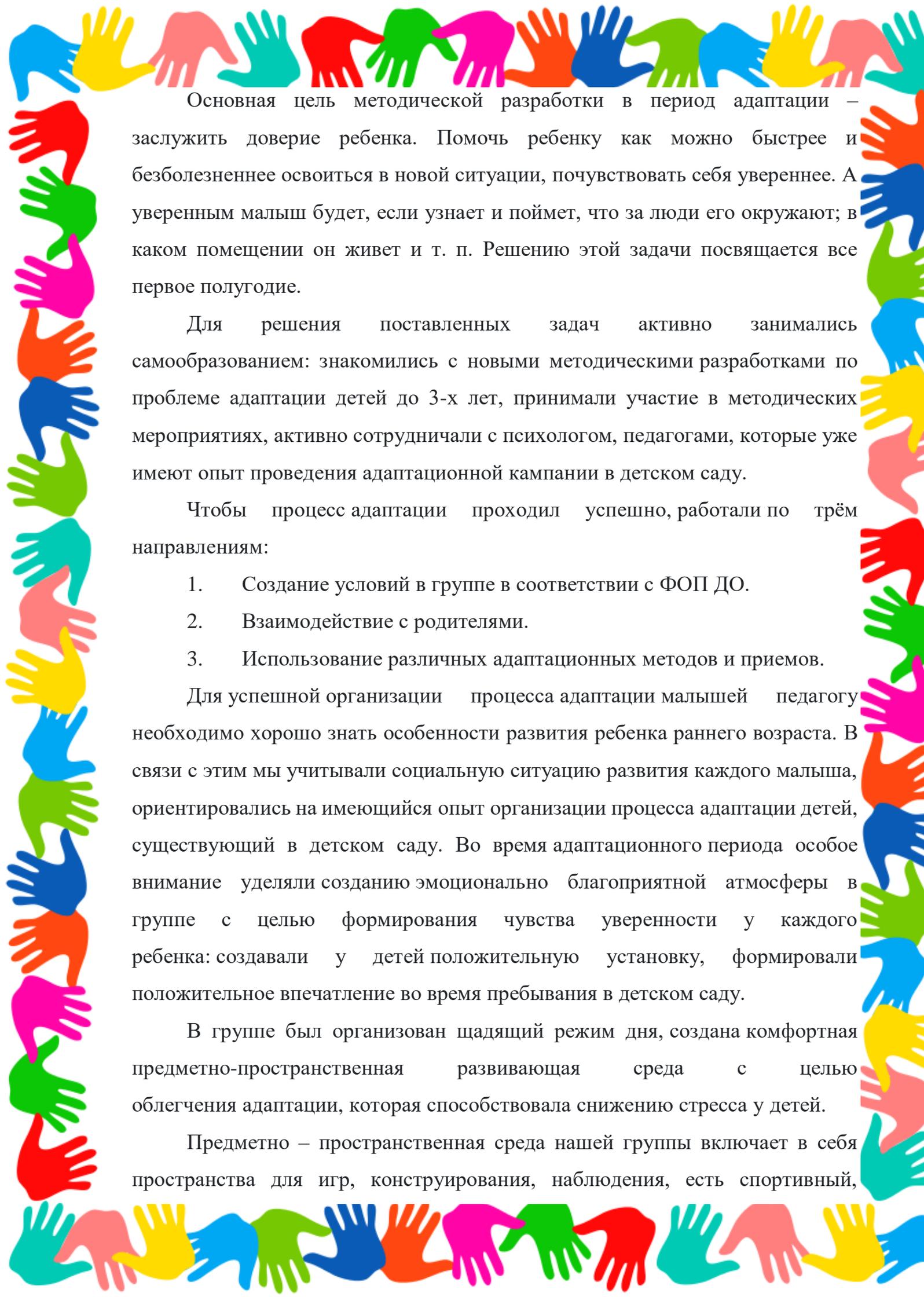
Часть детей адаптируются к саду относительно легко, и негативные моменты у них уходят в течение 1-3 недель. Другим несколько сложнее, и адаптация тогда длится около 2 месяцев, по истечении которых их тревога значительно снижается. Если же ребенок не адаптировался по истечении 3 месяцев, такая адаптация считается тяжелой и требует помощи специалиста-психолога.

Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

1. От особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
2. От наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
3. От состояния здоровья;
4. От резкого контраста между обстановкой в которой ребенок привык находиться, и той, в которой он находится в детском саду; от разницы методов воспитания.

Показателем окончания периода адаптации является

1. Глубокий сон,
2. Хороший аппетит,
3. Бодрое положительное эмоциональное состояние,
4. Активное поведение.



Основная цель методической разработки в период адаптации – заслужить доверие ребенка. Помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т. п. Решению этой задачи посвящается все первое полугодие.

Для решения поставленных задач активно занимались самообразованием: знакомились с новыми методическими разработками по проблеме адаптации детей до 3-х лет, принимали участие в методических мероприятиях, активно сотрудничали с психологом, педагогами, которые уже имеют опыт проведения адаптационной кампании в детском саду.

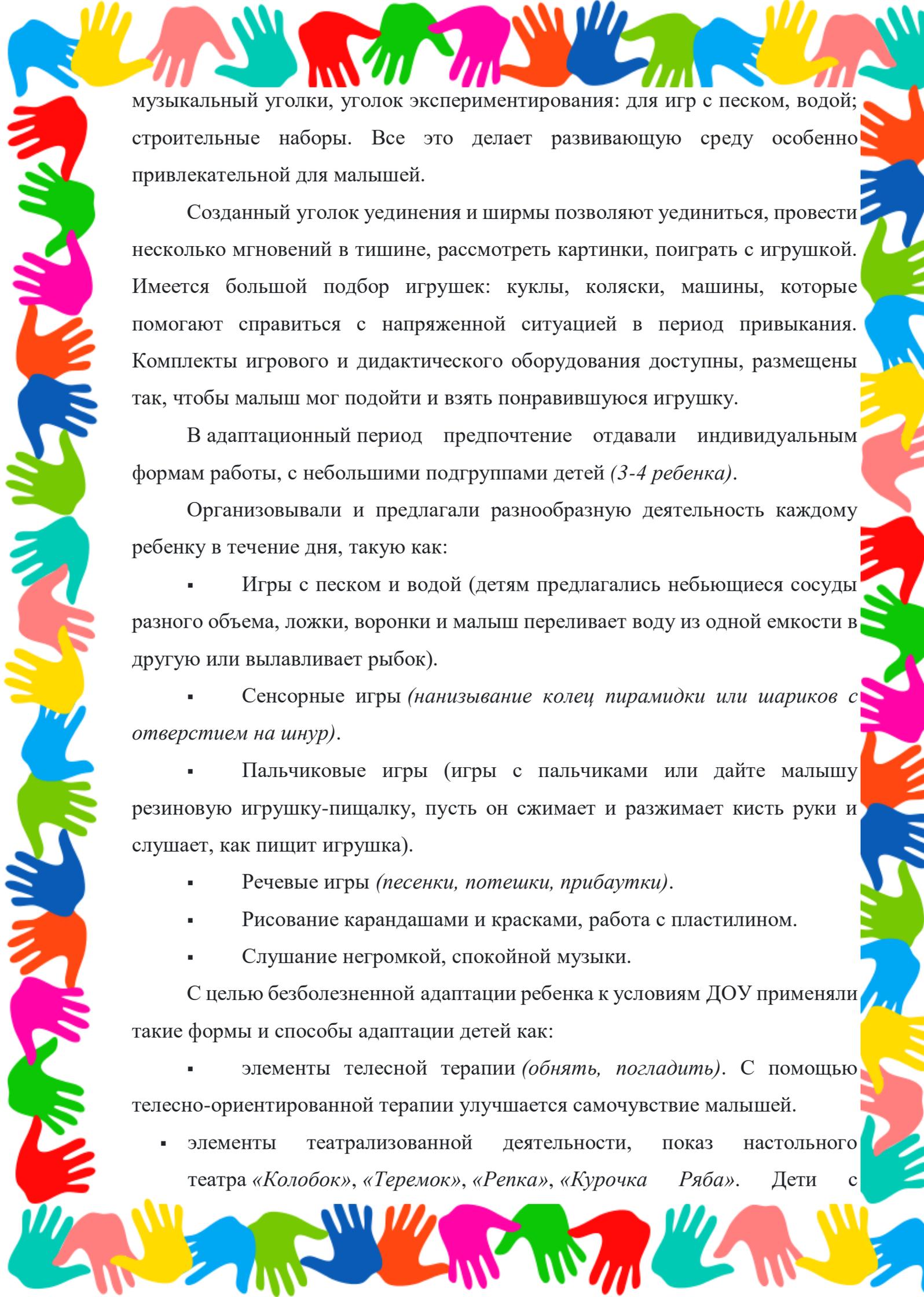
Чтобы процесс адаптации проходил успешно, работали по трём направлениям:

1. Создание условий в группе в соответствии с ФОП ДО.
2. Взаимодействие с родителями.
3. Использование различных адаптационных методов и приемов.

Для успешной организации процесса адаптации малышей педагогу необходимо хорошо знать особенности развития ребенка раннего возраста. В связи с этим мы учитывали социальную ситуацию развития каждого малыша, ориентировались на имеющийся опыт организации процесса адаптации детей, существующий в детском саду. Во время адаптационного периода особое внимание уделяли созданию эмоционально благоприятной атмосферы в группе с целью формирования чувства уверенности у каждого ребенка: создавали у детей положительную установку, формировали положительное впечатление во время пребывания в детском саду.

В группе был организован щадящий режим дня, создана комфортная предметно-пространственная развивающая среда с целью облегчения адаптации, которая способствовала снижению стресса у детей.

Предметно – пространственная среда нашей группы включает в себя пространства для игр, конструирования, наблюдения, есть спортивный,



музыкальный уголки, уголок экспериментирования: для игр с песком, водой; строительные наборы. Все это делает развивающую среду особенно привлекательной для малышей.

Созданный уголок уединения и ширмы позволяют уединиться, провести несколько мгновений в тишине, рассмотреть картинки, поиграть с игрушкой. Имеется большой подбор игрушек: куклы, коляски, машины, которые помогают справиться с напряженной ситуацией в период привыкания. Комплекты игрового и дидактического оборудования доступны, размещены так, чтобы малыш мог подойти и взять понравившуюся игрушку.

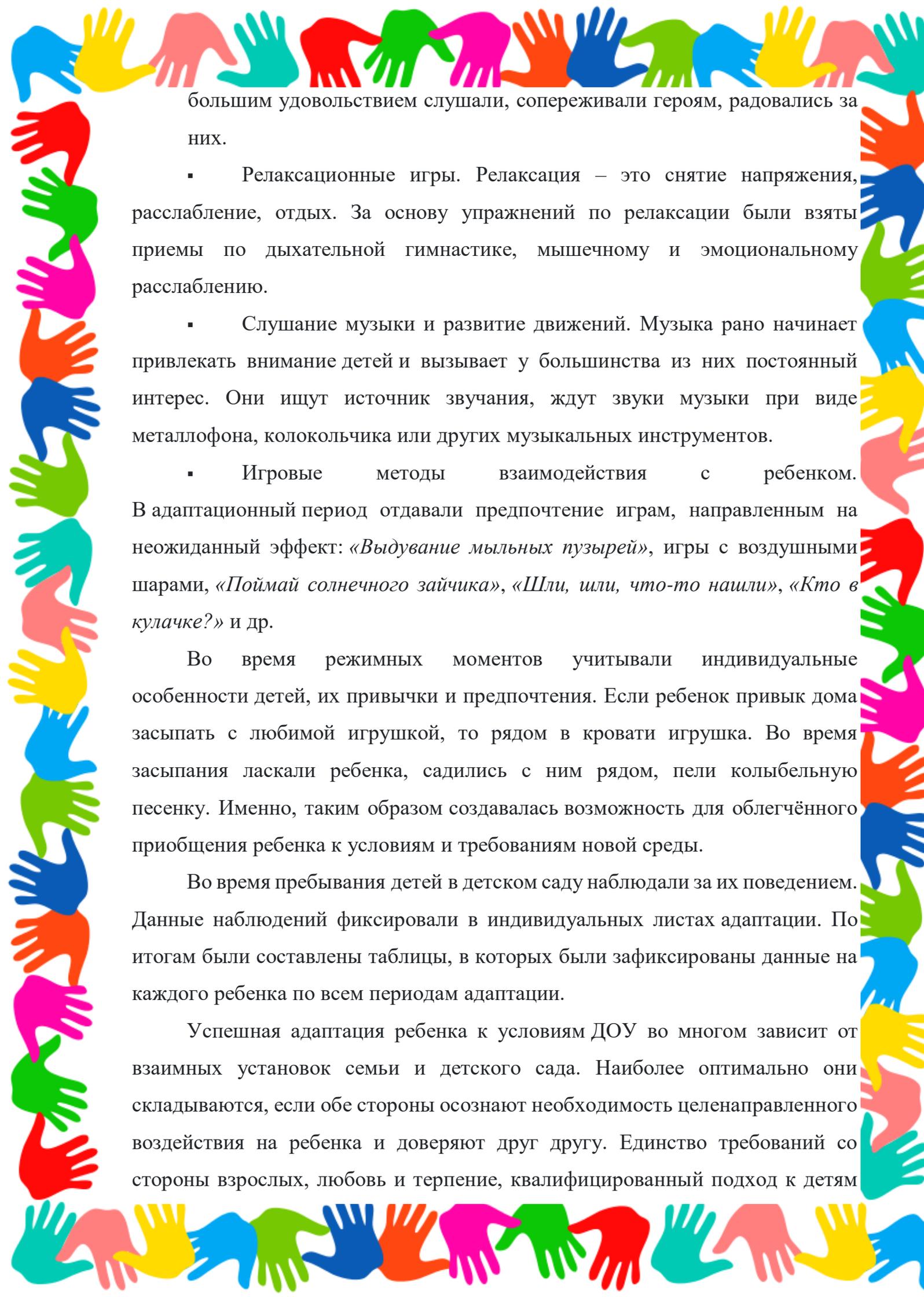
В адаптационный период предпочтение отдавали индивидуальным формам работы, с небольшими подгруппами детей (3-4 ребенка).

Организовывали и предлагали разнообразную деятельность каждому ребенку в течение дня, такую как:

- Игры с песком и водой (детям предлагались небьющиеся сосуды разного объема, ложки, воронки и малыш переливает воду из одной емкости в другую или вылавливает рыбок).
- Сенсорные игры (*нанизывание колец пирамидки или шариков с отверстием на шнур*).
- Пальчиковые игры (игры с пальчиками или дайте малышу резиновую игрушку-пищалку, пусть он сжимает и разжимает кисть руки и слушает, как пищит игрушка).
- Речевые игры (*песенки, потешки, прибаутки*).
- Рисование карандашами и красками, работа с пластилином.
- Слушание негромкой, спокойной музыки.

С целью безболезненной адаптации ребенка к условиям ДООУ применяли такие формы и способы адаптации детей как:

- элементы телесной терапии (*обнять, погладить*). С помощью телесно-ориентированной терапии улучшается самочувствие малышей.
- элементы театрализованной деятельности, показ настольного театра «Колобок», «Теремок», «Репка», «Курочка Ряба». Дети с



большим удовольствием слушали, сопереживали героям, радовались за них.

- Релаксационные игры. Релаксация – это снятие напряжения, расслабление, отдых. За основу упражнений по релаксации были взяты приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению.

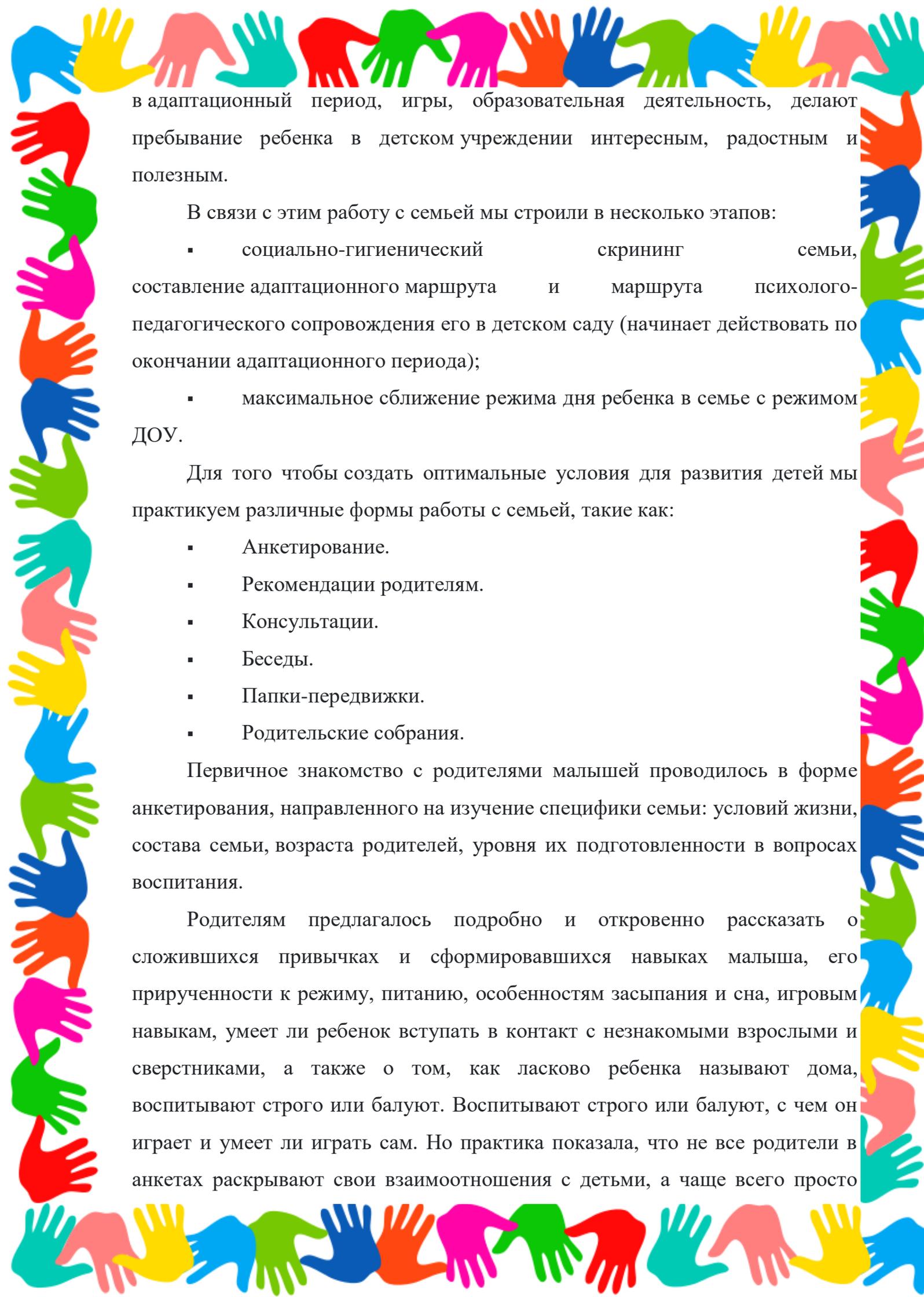
- Слушание музыки и развитие движений. Музыка рано начинает привлекать внимание детей и вызывает у большинства из них постоянный интерес. Они ищут источник звучания, ждут звуки музыки при виде металлофона, колокольчика или других музыкальных инструментов.

- Игровые методы взаимодействия с ребенком. В адаптационный период отдавали предпочтение играм, направленным на неожиданный эффект: «Выдувание мыльных пузырей», игры с воздушными шарами, «Поймай солнечного зайчика», «Шли, шли, что-то нашли», «Кто в кулачке?» и др.

Во время режимных моментов учитывали индивидуальные особенности детей, их привычки и предпочтения. Если ребенок привык дома засыпать с любимой игрушкой, то рядом в кровати игрушка. Во время засыпания ласкали ребенка, садились с ним рядом, пели колыбельную песенку. Именно, таким образом создавалась возможность для облегченного приобщения ребенка к условиям и требованиям новой среды.

Во время пребывания детей в детском саду наблюдали за их поведением. Данные наблюдений фиксировали в индивидуальных листах адаптации. По итогам были составлены таблицы, в которых были зафиксированы данные на каждого ребенка по всем периодам адаптации.

Успешная адаптация ребенка к условиям ДОО во многом зависит от взаимных установок семьи и детского сада. Наиболее оптимально они складываются, если обе стороны осознают необходимость целенаправленного воздействия на ребенка и доверяют друг другу. Единство требований со стороны взрослых, любовь и терпение, квалифицированный подход к детям



в адаптационный период, игры, образовательная деятельность, делают пребывание ребенка в детском учреждении интересным, радостным и полезным.

В связи с этим работу с семьей мы строили в несколько этапов:

- социально-гигиенический скрининг семьи, составление адаптационного маршрута и маршрута психолого-педагогического сопровождения его в детском саду (начинает действовать по окончании адаптационного периода);

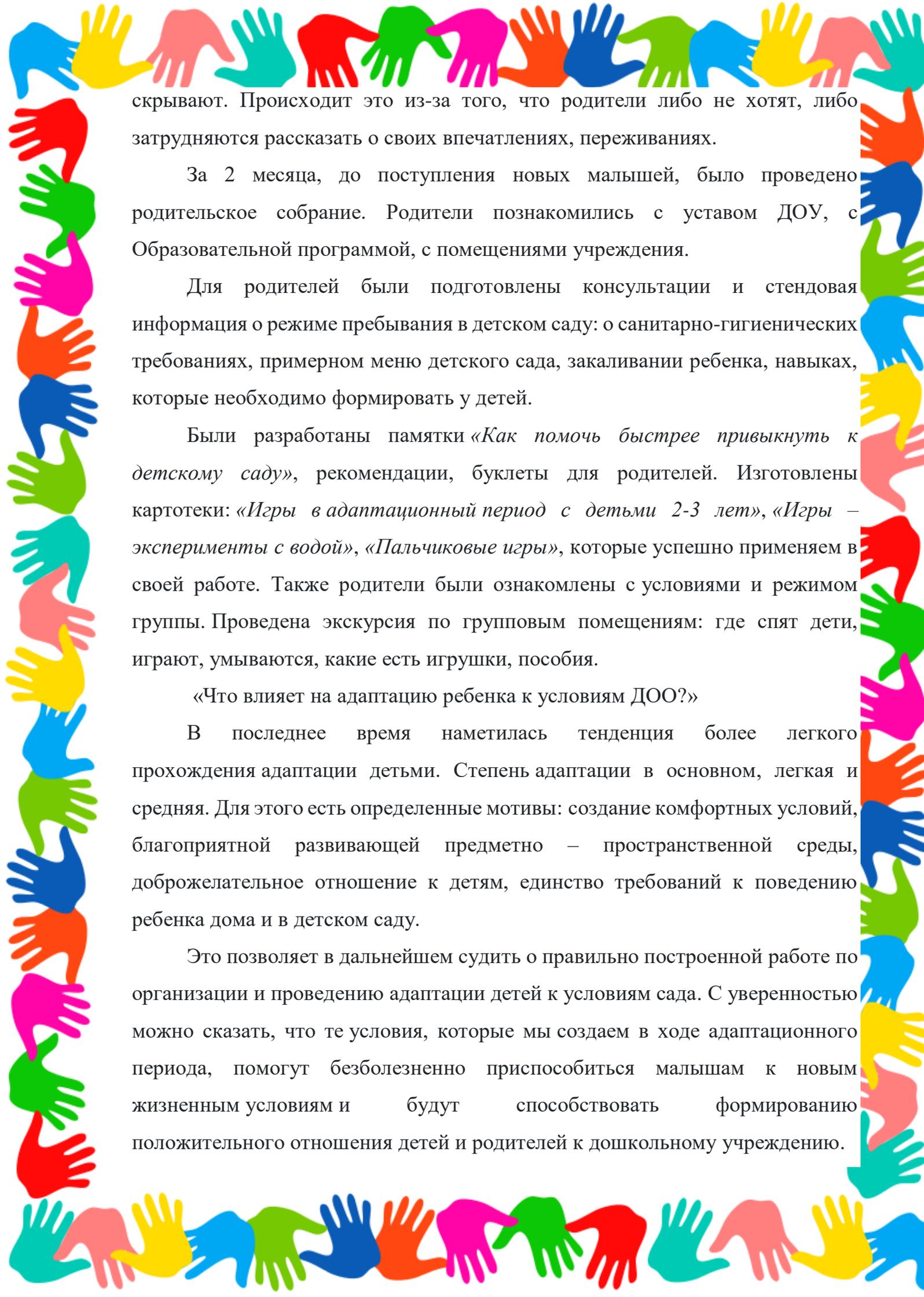
- максимальное сближение режима дня ребенка в семье с режимом ДОУ.

Для того чтобы создать оптимальные условия для развития детей мы практикуем различные формы работы с семьей, такие как:

- Анкетирование.
- Рекомендации родителям.
- Консультации.
- Беседы.
- Папки-передвижки.
- Родительские собрания.

Первичное знакомство с родителями малышей проводилось в форме анкетирования, направленного на изучение специфики семьи: условий жизни, состава семьи, возраста родителей, уровня их подготовленности в вопросах воспитания.

Родителям предлагалось подробно и откровенно рассказать о сложившихся привычках и сформировавшихся навыках малыша, его приученности к режиму, питанию, особенностям засыпания и сна, игровым навыкам, умеет ли ребенок вступать в контакт с незнакомыми взрослыми и сверстниками, а также о том, как ласково ребенка называют дома, воспитывают строго или балуют. Воспитывают строго или балуют, с чем он играет и умеет ли играть сам. Но практика показала, что не все родители в анкетах раскрывают свои взаимоотношения с детьми, а чаще всего просто



скрывают. Происходит это из-за того, что родители либо не хотят, либо затрудняются рассказать о своих впечатлениях, переживаниях.

За 2 месяца, до поступления новых малышей, было проведено родительское собрание. Родители познакомились с уставом ДОУ, с Образовательной программой, с помещениями учреждения.

Для родителей были подготовлены консультации и стендовая информация о режиме пребывания в детском саду: о санитарно-гигиенических требованиях, примерном меню детского сада, закаливании ребенка, навыках, которые необходимо формировать у детей.

Были разработаны памятки *«Как помочь быстрее привыкнуть к детскому саду»*, рекомендации, буклеты для родителей. Изготовлены картотеки: *«Игры в адаптационный период с детьми 2-3 лет»*, *«Игры – эксперименты с водой»*, *«Пальчиковые игры»*, которые успешно применяем в своей работе. Также родители были ознакомлены с условиями и режимом группы. Проведена экскурсия по групповым помещениям: где спят дети, играют, умываются, какие есть игрушки, пособия.

«Что влияет на адаптацию ребенка к условиям ДОО?»

В последнее время наметилась тенденция более легкого прохождения адаптации детьми. Степень адаптации в основном, легкая и средняя. Для этого есть определенные мотивы: создание комфортных условий, благоприятной развивающей предметно – пространственной среды, доброжелательное отношение к детям, единство требований к поведению ребенка дома и в детском саду.

Это позволяет в дальнейшем судить о правильно построенной работе по организации и проведению адаптации детей к условиям сада. С уверенностью можно сказать, что те условия, которые мы создаем в ходе адаптационного периода, помогут безболезненно приспособиться малышам к новым жизненным условиям и будут способствовать формированию положительного отношения детей и родителей к дошкольному учреждению.