

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 23 «Ромашка»



Программа

педагога-психолога по психологическому сопровождению
процесса адаптации детей раннего возраста к условиям МБДОУ № 23
«Ромашка»
на 2025-2026 учебный год

Составитель: педагог-психолог Носкова Т.В.

г.Сухой Лог
2025 г.

Оглавление

Пояснительная записка	3
1.1. Актуальность программы и ее обоснование	4
1.2. Принципы и подходы к формированию программы	4
2. Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста (1,5-3 года)	5
3. Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДООУ	7
4. Этапы адаптационного периода	7
5. Задачи воспитания на адаптационный период	8
6. Направления психолого-педагогической деятельности коллектива МБДООУ № 23 для успешного процесса адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения	9
7. Диагностика	10
8. Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДООУ	11
9. Список используемой литературы:	14
Приложения	15

Пояснительная записка

Посещение ребенка в детский сад, это волнительный момент, как ребенка, так и для родителей. Детям любого возраста очень непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период адаптации к детскому саду. В возрасте 1-3 лет ребенок имеет ряд специфических возрастных особенностей. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно. Поэтому необходимо так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка.

Привыкнуть к детскому саду не так-то просто. Никто не может предсказать, какие последствия вызовет резкое превращение малыша из «домашнего» в «ясельного». Страдают и дети, и родители. Поступление в детский сад часто вызывает у ребенка стресс. Это обусловлено тем, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и полностью изменяется окружающая ребенка среда. Большое число незнакомых людей-основная причина возникающего стресса. Теперь ребенка окружают новые люди, взрослые и дети, которых он раньше не знал и которые совсем не похожи на его семью. Как сделать вхождение ребенка в детский сад безболезненным? Как облегчить его страдания и помочь перенести стресс из-за разлуки с близкими людьми?

Адаптация (социальная)-процесс взаимодействия личности или социальной группы с социальной средой: включает усвоение норм и ценностей среды в процессе социализации, а также изменение, преобразование среды в соответствии с новыми условиями и целями деятельности. Приспособление организма к новым условиям и целями деятельности. Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройства сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальной фазе адаптации, которая может затянуться и перейти в дезадаптацию, что может привести к нарушениям здоровья, поведения и психики ребенка. Чтобы избежать осложнений в начальной фазе адаптации и обеспечить оптимальное ее течение необходим постепенный переход ребенка из семьи в ДООУ.

Четкая, профессионально сложенная и продуманная работа педагогов, психологов и медиков, благоприятный микроклимат в дошкольном учреждении, взаимодействие с родителями-залог оптимального течения адаптации детей раннего возраста к детскому саду. Если родители и сотрудники ДООУ объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома, то можно с уверенностью сказать, что произошедшее изменение в жизни ребенка ему на благо.

Анализ практики оказания помощи семьям в адаптации детей раннего возраста к посещению детского сада показывает, что большинство типичных проблем, связанных с этим периодом, может быть снято путем установления с родителями отношений диалога и партнерства. Одной из основных характеристик современной семьи является недостаточная включенность в систему общественных отношений, узкий круг взаимосвязей с социальными институтами. Так же, практика показывает, что родителям часто не хватает качественной информации о жизнедеятельности ДООУ, оптимальных условиях развития детей и т. п. Анализ теории и практики убедительно показывает, что интеграция семейного и общественного воспитания детей до трех лет является важнейшим условием сохранения и укрепления их социального, эмоционального и физического здоровья. Это означает, что для успешной адаптации детей в ДООУ необходимо налаживание взаимодействия с родителями. Для этого прежде всего необходимо заинтересовать родителей работой ДООУ, показать, что может ДООУ сделать для их детей, объяснить необходимость тесного сотрудничества. Кроме того, именно в семье оказывают решающее влияние на развитие, формирование характерологических особенностей дошкольников. Если ребенок наблюдает спокойное, эмоциональное положительное взаимодействие родителей и педагогов, он начинает больше доверять персоналу ДООУ. Этот фактор очень влияет на успешность адаптации.

Цель программы: создание благоприятного воспитательно-образовательного пространства семьи и ДОУ в системе организации адаптации детей раннего возраста.

Задачи:

1. Создать условия для организации адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.
2. Внедрить эффективные формы и методы сотрудничества с родителями, способствующие повышению информационной культуры в практику психолого-педагогического партнерства.
3. Привлечь внимание сотрудников дошкольного образовательного учреждения к проблеме организации адаптации детей раннего возраста через повышение информационной компетентности.

1.1. Актуальность программы и ее обоснование

В основе практической работы лежит взаимодействие воспитателя, родителя и детей, направленное на создание благоприятной эмоциональной атмосферы в группе, которое создает основу для благоприятной адаптации детей раннего возраста.

Данная рабочая программа разработана с учетом основных требований к организации и содержанию службы практической психологии в образовании, возрастных особенностях детей. А также в соответствии с основными нормативными документами:

1. Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
2. Обновленный ФГОС ДО - Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений...» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2023 № 72264);
3. Конвенция о правах ребёнка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.; ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.1990 г.;
4. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
7. Письмо Министерства образования РФ от 27.06.2003 г. № 28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования».

1.2. Принципы и подходы к формированию программы

1. Принцип гуманизма

Предполагает отношение к ребенку как к безусловной ценности. Принимая во внимание, что приход ребенка в дошкольное учреждение - ситуация стрессовая, необходимым является проявление максимума терпения, чуткости и доброжелательности со стороны взрослых. Требования должны быть посильными и развивающими.

2. Принцип природосообразности и индивидуализации

Предполагает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей при организации процесса адаптации: учет индивидуального опыта поведения и общения, потребностей, привычек и т. д. Взрослые выстраивают линию взаимодействия с ребенком, опираясь, прежде всего от ребенка.

3. Принцип развития

Предполагает, что смысл адаптационного процесса состоит не в том, чтобы приспособить ребенка к включению в процесс решения дидактических задач, а в том, чтобы в ходе игрового взаимодействия со взрослым помочь ему в выработке нового способа жизнедеятельности, перестроить его активность в соответствии с условиями воспитания и коллективного обучения, тем самым оказав развивающее влияние на его психику. Таким образом, приспособительной концепции адаптации противостоит конструирующая концепция.

4. Принцип индивидуального подхода в создании специальных условий для деятельности и общения с ребенком.

Предполагает, что взрослые овладевают методами и приемами психолого-педагогического воздействия в зависимости от характера поведения ребенка.

5. Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения.

Акцентирует внимание на повышение роли семейного воспитания в развитии и воспитании ребенка, установлении партнерских отношений «Семья-дошкольное учреждение».

2. Возрастные особенности психического развития детей раннего возраста (1,5-3 года)

На втором году жизни ведущей деятельностью детей является предметная деятельность, в процессе которой ребенок осваивает культурные способы обращения с предметами окружающего мира. Для ребенка этого возраста характерна ярко выраженная познавательная активность, которая проявляется в любознательности, неугасимом исследовательском стремлении, в сосредоточенности на действиях с предметами. Предметная деятельность протекает в форме как самостоятельных действий с предметами, так и совместной деятельности, сотрудничестве со взрослым. Неотъемлемой частью такого сотрудничества является ситуативно-деловое общение, которое обслуживает практическую деятельность ребенка.

Предметная деятельность и общение определяют весь ход социально-личностного и познавательного развития ребенка. В процессе ситуативно-делового общения он начинает овладевать культурно-фиксированными действиями с предметами. Так, в процессе ежедневных режимных процедур малыш учится пользоваться предметами утилитарного назначения (ложкой, чашкой, расческой и т.д.), в повседневных совместных занятиях и играх с дидактическими игрушками (пирамидками, вкладышами) он с помощью взрослого знакомится с сенсорными эталонами (формой, цветом, соотношением предметов по величине и др.) и простейшим правилам их использования. В играх с сюжетными игрушками он начинает действовать в условном плане, отражая доступными для себя способами часто наблюдаемые им действия взрослых.

В общении со взрослыми ребенок приобретает опыт практического взаимодействия с разными людьми. Ребенок чрезвычайно чувствителен к обращениям взрослых, охотно откликается на их инициативу. В то же время малыш и сам проявляет ярко выраженную инициативность, вовлекая взрослых в свои занятия, стремится продлить деловые контакты. В этом возрасте ребенок доверчиво относится не только к близким, но и к посторонним взрослым, с удовольствием предлагает им свои игрушки, охотно выполняет просьбы, способен налаживать совместную деятельность с ними.

На втором году жизни взрослый выступает для ребенка в самых разных качествах. Малышу по-прежнему необходимы внимание и ласка взрослого, но и на первый план выдвигается потребность во взрослом как помощнике и доброжелательном соучастнике в действиях с предметами.

Все больше усиливается и роль взрослого как образца действий. На втором году жизни ребенок активно стремится подражать всему, что делают взрослые. Однако в этом возрасте ребенок чаще всего копирует внешнюю картину поведения взрослого, не обращая внимания на результативность того или иного действия.

Ребенок раннего возраста очень чувствителен к оценке взрослого. Похвала вызывает радость, стимулирует активность малыша, улучшает его отношение к взрослому, усиливает доверие к нему. Порицание, с одной стороны, огорчает ребенка, иногда даже ведет к прекращению деятельности, с другой- усиливает поиск оценки, что способствует уточнению способов действия с предметами.

На втором году жизни ребенок использует достаточно богатый репертуар коммуникативных средств. К ним относятся экспрессивно-мимические средства, в том числе выразительные жесты (ребенок смотрит взрослому в глаза, улыбается, смеется или сердится, принимает позу, выражающую взять его на руки, показывает на предметы); предметные действия, такие, как вкладывание игрушки в руку взрослого, обмен игрушками, совместные действия; предречевые вокализации, среди которых основное место занимает лепет. Основной характеристикой речи на этом этапе остается понимание речи взрослых.

Активная речь появляется в 1,5 года. Наступает период стремительного обогащения словаря и усложнения грамматического строя речи: на смену отдельным словам, имеющим смысл целого предложения, приходят фразы из двух, трех и более слов. На протяжении второго года артикуляционная сторона речи достаточно быстро совершенствуется.

Общение ребенка со взрослыми все больше начинает опосредствоваться словом. К 2 годам малыш может называть многие предметы из своего окружения, людей. Животных, известные ему явления природы, которые наблюдает или видит на картинках в книжках; он обращается с просьбами, рассказывает о чем-либо, задает вопросы. Речь обогащает опыт совместной деятельности с предметами.

Ребенок понимает назначение и основные качества употребляемых им предметов, знает свои вещи и с удовольствием демонстрирует их взрослым. Он становится более внимательным при выполнении действий по образцам.

Под влиянием взрослого ребенок все чаще отражает элементы своего жизненного опыта в игре с сюжетными игрушками. На втором году жизни начинается особая форма деятельности ребенка-процессуальная игра. В этот же период складывается его общение со сверстниками.

Во второй половине раннего возраста ведущая форма общения ребенка со взрослым остается прежней-ситуативно-деловой. Это общение, как и на предыдущем этапе, протекает на фоне предметной или игровой деятельности и побуждается потребностью в сотрудничестве со взрослым. В то же время на этом этапе возрастного развития в общении ребенка со взрослым происходят существенные изменения, которые связаны с появлением речи.

Интенсивное развитие активной и пассивно речи в этот период приводит к тому, что это общение все более становится не только предметно-действенным, но и речевым. Дети все чаще обращаются к взрослому, пользуясь словами, и лучше понимают речь взрослого. Развитие активной и пассивной речи на третьем году жизни является важным показателем психического развития ребенка. Речь в этом возрасте включена в общение: она формируется и развивается прежде всего как средство общения со взрослым.

На третьем году жизни предметная деятельность по-прежнему занимает ведущее место в развитии ребенка, но приобретает новые черты. Ребенок становится все более самостоятельным и умелым. Он уже достаточно хорошо владеет специфическими действиями, знает назначение бытовых предметов (ложки, щетки, расчески и др.) и хорошо умеет пользоваться ими.

Во второй половине раннего возраста существенно возрастает познавательная активность ребенка. Познавательная активность и предметная деятельность тесно связаны между собой и представляют собой две стороны одного процесса.

Познавательная активность проявляется в отношении детей к разным видам действий, интерес к разному рода предметным задачам, деятельности обследования предметов, самостоятельности и настойчивости в решении предметных задач. Ее отличительной чертой на третьем году жизни является настойчивое стремление к достижению результата, что побуждает ребенка обращаться за помощью к взрослому и более внимательно, чем раньше, следовать его инструкциям и пояснениям.

К концу раннего возраста для ребенка становится значимым не только процесс действия, но и его результат. С середины третьего года жизни ребенок ставит цели, достижение которых соответствует значимому, общепринятому результату, например, правильно сложить пирамидку, сделать домик из кубиков в соответствии с образцом и пр. Важным компонентом в структуре предметной деятельности становится появление способности самостоятельно оценивать полученный результат в соответствии с исходным замыслом. С возникновением этой способности ребенок обретает такое важное личностное качество, как самостоятельность, т. е. Способность без внешних побудителей инициировать, исполнять и оценивать свои действия.

Самостоятельно и правильно выполненное действие доставляет ребенку огромное удовольствие, дает чувство собственной компетентности и независимости. Именно в этом возрасте ребенок начинает произносить известную фразу «я сам» и ограничивать участие взрослых в своих делах. Однако, несмотря на относительную самостоятельность, ребенок испытывает потребность в одобрении собственных действий, в подтверждении их правильности и успешности со стороны взрослого.

Все большее значение в развитии предметной деятельности начинает приобретать речь. Ребенок все чаще комментирует свои действия, обращается ко взрослому с вопросами, что помогает ему лучше регулировать свою деятельность.

На третьем году жизни углубляется дифференциация предметно-познавательной и игровой деятельности, которая лишь намечалась на предыдущем этапе. Если предметно-познавательная деятельность осуществляется как познание и усвоение определенных, культурно-нормированных действий со знакомыми и малознакомыми предметами, то игровая предполагает элементы творчества и становление игровых замещений.

3. Психологическая характеристика процесса адаптации детей к ДОУ

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупленность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса: острая фаза или период дезадаптации, подострая фаза или собственно адаптация, фаза компенсации или период адаптированности.

Кроме того, различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода: легкая адаптация, адаптация средней тяжести, тяжелая адаптация. Длительность периода адаптации зависит от многих причин: от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка: от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы: от состояния здоровья; от резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении; от разницы в методах воспитания. Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, болезнь, страх наказания.

4. Этапы адаптационного периода

1 этап-подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада

Вопрос о том, как подготовить ребенка к поступлению в детский сад, волнует многих родителей. Если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями, а также вегетативными явлениями. Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствии распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделять внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д. В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии. Первое посещение ребенком группы детского сада и первые впечатления.

2 этап-приход мамы с ребенком в группу детского сада

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка. Основная задача мамы в данной ситуации-помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Вначале он держится настороженно, старается подсесть ближе к маме. Не следует торопить его, тормозить. Пусть привыкает. Мама помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: «Как мне здесь нравится!», «Какие забавные зверюшки сидят за столом!» и т. д. Освоившись, ребенок делает первые попытки пройти по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Мама одобряет такие действия малыша, подбадривает его улыбкой, жестами. Взрослый со своей стороны тоже одобрительно улыбается, и ребенок начинает как бы играть: то приблизится к воспитателю, то побежит назад к маме.

3 этап-постепенное привыкание

Постепенная адаптация может включать несколько периодов.

Первый период: «мы играем только вместе»

На данном этапе воспитатель и ребенок общаются вместе. Воспитатель побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сама активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребенок не перестает бояться и не начнет отходить от воспитателя.

Второй период: «я играю сам, но ты будь рядом»

Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. Воспитатель приходит на помощь ребенку, организует совместные игры.

Третий период: «иди, я немножко поиграю один»

Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре.

5. Задачи воспитания на адаптационный период

1. Создать для детей атмосферу психологического комфорта.
2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию детей:
 - а) организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий каждому ребенку физический и психический комфорт;
 - б) формировать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать простейшие навыки самообслуживания;
 - в) обеспечить понимание детьми смысла выполнения режимных процессов;
 - г) воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.
3. Закладывать основы будущей личности:
 - а) воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, инициативность, самостоятельность;
 - б) закладывать основы доверительного отношения детей к взрослым, формируя доверие и привязанность к воспитателю;
 - в) закладывать основы доброжелательного отношения детей друг к другу.

6. Направления психолого-педагогической деятельности коллектива МБДОУ № 23 для успешного процесса адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения

Группы ведут работу с детьми раннего возраста (от 1,5 до 3 лет). До приема детей в группу, с родителями общаются специалисты ДОУ, заведующий дошкольным образовательным учреждением, воспитатели групп. Специалисты раскрывают особенности работы дошкольного учреждения, знакомят с направлениями педагогической деятельности, отвечают на вопросы родителей. Для организации успешной адаптации детей раннего возраста, воспитатели группы выбирают разнообразные методы и приемы работы с детьми: развлечения, интересные для детей дидактические игры, подвижные игры, способствующие возникновению положительных эмоций у детей, элементы устного народного творчества. Используют формы организации детей, как в групповой комнате, так и на свежем воздухе.

Также для облегчения адаптации коллектив группы в первые дни рекомендует родителям укороченное пребывание ребенка в детском саду с постепенным увеличением на 1-2 часа в день в зависимости от поведения малыша.

Для того, чтобы процесс привыкания к детскому саду проходил более успешно, с детьми используются разные направления работы с детьми:

1. Создание эмоционально-благоприятной атмосферы в группе.

Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнение и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу, т. е. Правильно организовать предметно-развивающую среду. В процессе адаптации ребенка используются такие формы и методы работы как: элементы телесной терапии, исполнение колыбельных песен перед сном, релаксационные игры (за основу упражнений по релаксации взяты приемы дыхательной гимнастики, мышечному и эмоциональному расслаблению), песок, вода -также являются элементами релаксационных игр, элементы сказкотерапии, музыкальные занятия в развитии движений, игровые методы взаимодействия с ребенком (игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения). Программа занятий в группе составлена с учетом особенностей детей раннего возраста, не посещающих детский сад, способствует успешной адаптации к ДОУ.

2. Формирование у ребенка чувства уверенности (познавательной осведомленности).

Одна из задач адаптационного периода-помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают: в каком помещении он живет и т. д. Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо: знакомство, сближение детей между собой; знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми; знакомство с группой; знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.); Знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

3. Приобщение ребенка в доступной форме к элементарным общепринятым нормам и правилам, в том числе моральным.

В этом направлении необходимо способствовать накоплению опыта доброжелательных взаимоотношений со сверстниками: обращать внимание детей на ребенка, проявившего заботу о товарище, выразившего ему сочувствие. Формировать у каждого ребенка уверенность в том, что взрослые любят его, как и всех остальных детей. Воспитывать отрицательное отношение к грубости, жадности; развивать умение играть не ссорясь, помогать друг другу и вместе

радоваться успехам, красивым игрушкам и т. п. Таким образом, для успешного процесса адаптации в нашей группе был создан перспективный план на период адаптации.

4. Охрана и укрепление здоровья детей.

Оздоровление малышей, культивирование здорового образа жизни, воспитание культурно-гигиенических навыков-именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Дети, находящиеся в адаптационном режиме, постепенно знакомятся с мероприятиями здоровьесберегающих технологий и по мере привыкания активно участвуют во всех режимных моментах.

Этапы работы с родителями в период адаптации

1. Родительское собрание
2. Индивидуальные встречи со специалистами родителей и детей
3. Анкетирование
4. Оформление согласия родителя или законного представителя на психолого-педагогическое сопровождение ребенка-процессуальная
5. Консультации
6. Информация в родительские чаты.

Этапы работы с воспитателями в период адаптации детей.

1. Беседа
2. Консультации
3. Наблюдения

7. Диагностика

Диагностика проходит по направлениям:

- Характеристика родителями состояния своих детей в семье (анкета);
- Оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада (первоначальное обследование основывается на методе фиксированного наблюдения в естественных или моделируемых ситуациях: эмоциональная сфера, игровая деятельность).

Наблюдение за адаптацией ребенка и заполнение данных. Составление схемы индивидуальной психологической помощи. В группе пребывания детей 1,5-3 лет педагогами заполняются адаптационные листы.

Степень адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в ДОО нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОО. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: поведенческие реакции нормализуются к 60 -му дню пребывания в ДОО. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала.

По истечении периода адаптации на Ппк ведется анализ адаптированности каждого ребенка.

Заполнение индивидуального листа адаптации ребенка.

По окончании периода адаптации в дошкольном учреждении собирается Ппк. Заведующий, педагог-психолог, старшая медсестра, воспитатели групп раннего возраста. На нем обсуждаются результаты проведенной работы в период адаптации, положительные моменты,

анализируются итоги, корректируются планы по организации адаптации и намечается дальнейшая работа.

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

8.Содержание деятельности педагога-психолога на основных этапах работы по психологическому сопровождению адаптационного процесса в ДОУ

Сроки	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с педагогами
1 этап: подготовительный			
Июль-август	1) первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей; 2) определение прогноза течения адаптации; 3) участие совместно с администрацией составления подвижного графика поступления детей в группу	1) психологическое просвещение: - выступление на родительском собрании на тему: «Особенности адаптационного периода»; - информация в родительском чате «Адаптация детей»; - разработка памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду»; 2) анкетирование с целью составления психологического портрета ребенка, выявления факторов риска дезадаптации; - индивидуальная консультация детско-родительской пары.	1) психологическое просвещение; 2) консультация для воспитателей; «Степень адаптации детей к условиям ДОУ»; 3) информационный обмен; 4) консультирование по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми, совместная разработка мер психолого-педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации»
2 этап: основной			
Август - октябрь	1) систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса; 2) осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: заполнение листов	1) индивидуальное консультирование по запросу или инициативе психолога; 2) подготовка рекомендаций, предложений,	1) консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса; 2) совместная оценка ситуации;

	адаптации; 3) конкретизация группы адаптации ребенка; 4) корректировка мер психолого-педагогического сопровождения; 5) разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к новым взрослым и сверстникам; 6) реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения, формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.	пожеланий; 3) психологическое просвещение (выступления на родительских собраниях в группах на тему «Анализ процесса адаптации детей к ДОУ», стендовая информация в уголках групп, на интернет-сайте ДОУ, подбор и распространение специальной психолого-педагогической литературы).	3) помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям; 4) рефлексия собственной деятельности, контроль за выполнением рекомендаций, прогноз результатов.
3 этап: заключительный			
Ноябрь	1) наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения; 2) анализ течения процесса адаптации детей ДОУ (данные «Листов адаптации») с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса; 3) анализ причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных детей; 4) разработка мер индивидуальной помощи дезадаптированным детям.	1) индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДОУ.	1) составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса; 2) участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума с целью: а) системного анализа причин эмоционального неблагополучия и затруднений вхождения в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения отдельных воспитанников;

		б) координации действий специалистов по оказанию мер психолого-педагогической поддержки дезадаптированным детям; в) коллективной разработки программ психолого-педагогического сопровождения дезадаптированных детей; г) анализа выявленных психолого-педагогических затруднений в деятельности педагогов и определения путей их преодоления.
--	--	--

9.Список используемой литературы:

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ: Практическое пособие/Авт.сост. Белкина Л.В.-Воронеж «Учитель», 2006.- 236 с.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Москва: изд.ЛИНКА ПРЕСС, 1993.-110 с.
3. Дошкольное учреждение и семья -единое пространство детского развития. /Т.Н.Доронова, Е.В. Соловьева и др.М.: Линка- Пресс, 2001.
4. Из детства -в отрочество: программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет/Т.Н.Доронова, л.Н. Галигузова,Л.Г. Голубева и др./-М.: Просвещение, 2007.-303.
- 5.Печора К.Л. и др. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях: Кн.для воспитателя детского сада/К.Л.Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева.- М.: Просвещение, 1986.-144 с.
6. Ребенок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов/Под ред.С.Н. Теплюк.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011.-256.
7. Самые маленькие в детском саду. (Из опыта работы московских педагогов) / Авт.сост. В Сотникова.М.ЛИНКА-ПРЕСС.2005.136 с.

Приложения

Приложение 1

КАРТА

индивидуального сопровождения ребенка

и адаптационный период

Ф.И.О. _____

Возраст на момент поступления _____ Группа _____

Компонент адаптации	Показатели		Приемы поддержки
	<i>сильные стороны развития</i>	<i>факторы риска дезадаптации</i>	
психофизиологический			
индивидуально-психологический			
социально-психологический			

Примечание

Приложение 2

Выступление на родительском собрании на тему:

«ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОУ»

Уважаемые родители!

Рада приветствовать Вас в нашем дошкольном учреждении! Я – педагог-психолог – буду совместно с воспитателями и персоналом ДОУ сопровождать ваших детей в процессе их привыкания к условиям дошкольного учреждения.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение и новые взрослые. Все это изменения не следуют один за другим, а обрушиваются на ребенка как «снежный ком», вызывая стрессовую ситуацию. Малышу необходимо «адаптироваться», т.е. приспособиться к этому «новому». Согласитесь, любой (даже самый здоровый) малыш в данной ситуации растеряется.

То, насколько быстро и легко ваш малыш справится с новыми условиями, во многом зависит от нас с вами – взрослых. Поэтому я призываю Вас: не бросайте ребенка в воду, не научив плавать! Как показывает практика, чем лучше родители подготовят своего ребенка к детскому саду, тем быстрее он адаптируется.

Привыкание детей к новым условиям протекает на уровне физиологическом и на уровне психологическом:

Физиологический

(надо привыкнуть)

Новый режим

Новая пища

Новая микросреда

Психологический

(предстоит привыкнуть)

Отсутствие значимого взрослого

Невозможность уединения

Требования к самостоятельности (необходимость самому справляться с возникающими проблемами)

Необходимость самоограничения

Зависит от:

Возраста

Состояния здоровья, уровня иммунитета

Зависит от:

Индивидуальных особенностей ребенка (тип темперамента)

Степени привязанности к взрослым

Состояния нервной системы	Уровня самостоятельности
Образа жизни, привычек семьи	Уровня тренированности адаптационных механизмов
Сформированности навыков самообслуживания	Знания и выполнения простейших социальных навыков
	Психологического состояния на момент поступления в ДОУ

Адаптационный период может быть различен по продолжительности: от 2 недель до 1 мес. и даже полугод. Обычно в первые дни дети с удовольствием идут в детский сад: сказывается «эффект новизны». Наиболее сложными могут быть 3-й, 4-й дни посещения ДОУ, когда может появиться плач, нежелание уходить от мамы, отказ идти в группу. Отнеситесь к такому поведению с пониманием, сделайте небольшой перерыв или заберите пораньше, однако не идите на поводу. Не приводите ребенка в детский сад сразу на целый день.

Дети по-разному могут входить в группу: во многом это зависит от их индивидуальных особенностей. Кто с первых минут начинает плакать и не отпускает маму, а кто-то приходит «как к себе домой». И то, и другое – норма. В самый острый период адаптации многие дети отказываются от еды, плохо спят (чуткий, беспокойный сон), становятся капризными, утрачивают сформированные навыки и достижения развития. Могут появиться соматические расстройства: болит живот, голова, расстройства пищеварения. Но самое главное ребенок будет просить больше, чем обычно, вашего внимания и тепла: может проснуться ночью и звать маму. Все эти проявления выражены тем ярче, чем младше ребенок.

И еще одна ситуация, характерная для детей в период адаптации, о которой часто спрашивают родители: в саду и дома ребенок ведет себя совершенно по-разному (в детском саду послушен, спокоен, а дома в буквальном смысле «стоит на голове»). Это также абсолютно нормальная ситуация, характерная для многих детей. Дело в том, что по природе своей все дети – маленькие исследователи, которым необходимо все изучить и постоянно быть в движении. Однако в саду дети чаще всего не могут реализовать большинство своих импульсов. Так, что в конце дня таких нереализованных движений, эмоций накапливается довольно много. Ребенку необходимо дать возможность выплеснуть их приемлемым способом: дать вволю порезвиться на детской площадке, поиграть в подвижные, эмоциональные игры, дать возможность выплакаться, если это необходимо. В противном случае это может вылиться в истерики или повышенную двигательную активность.

По мере привыкания данные негативные проявления постепенно сходят на нет. О том, что малыш адаптировался, вы поймете, когда у него нормализуется аппетит, сон, эмоциональный фон, малыш с удовольствием начнет ходить в детский сад и радовать Вас новыми успехами.

Что можете сделать Вы, чтобы подготовить своего малыша к новым условиям и облегчить адаптационный период:

1. Как вы поняли из предыдущих слов – формировать навыки самообслуживания, подвести режим дня семьи под режим дня ДОУ
2. Эмоционально настраивать малыша на посещение детского сада: всячески подчеркивать, что малышу ужасно повезло, что он пойдет в детский сад

3. Незнестность всегда страшит. Поэтому необходимо заранее рассказать малышу, что его ждет в детском саду, что и в какой последовательности он будет там делать. Хорошо проиграть это в виде игры.
4. Подготовьте малыша к возможным трудностям, с которыми может столкнуться ваш малыш (захотелось пить, в туалет и т.д.).
5. Поддерживайте контакт с воспитателем: расскажите ему обо всех индивидуальных особенностях вашего малыша.
6. Старайтесь больше времени проводить с малышом, восполняйте недостаток общения.
7. При расставании обязательно говорите малышу, куда вы уходите, когда придете.

Признаки, которые вас должны насторожить:

- постоянный плач, не проходящий, доходящий до истерики. Ребенка долгое время не удается успокоить и переключить;
- плач, доходящий до рвоты;
- появление патологических привычек: сосание пальца, грызение ногтей, раскачивается перед сном и т.д.

В данных ситуациях необходимо обратиться ко мне на консультацию!

Желаю Вам удачи!

Приложение 3

Стендовая информация «Советы психолога»

Обеспечьте малышу постепенное вхождение в новые условия. Постарайтесь не оставлять его сразу на целый день. Желательно первое время забирать тогда, когда малыш еще не устал, и ему не хочется уходить – сразу после дневной прогулки или после обеда. Тем самым Вы сформируете у него желание снова прийти в сад.

Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете, постарайтесь строго выполнять свои обещания. Если малыш плачет при расставании с Вами, твердо скажите ему, что Вы его оставляете на несколько часов, что так надо, что Вы его любите и обязательно приедете за ним в определенное время. Сократите «сцену прощания», создайте «ритуал прощания», например, заранее договоритесь с ребенком, что Вы помашете ему в окно: так ему будет легче отпустить Вас. И, конечно, не забудьте похвалить за спокойное расставание.

Постарайтесь на время адаптации до минимума снизить нагрузку на нервную систему малыша. Для этого обеспечьте спокойную семейную обстановку, на время прекратите походы в цирк, театр, гости. В выходные дни дома постарайтесь соблюдать такой же режим, как и в детском саду.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. На начальном этапе дети зачастую чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома чаще обнимайте малыша, играйте с ним в веселые подвижные игры, поощряйте выражение эмоций, детский смех.

Терпимо относитесь к детским слезам, капризам. Помните, что малышу сейчас нелегко, а слезы – естественный выход отрицательных эмоций.

Проявляйте гибкость. Проблемы адаптации могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. Поэтому важно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

Поддерживайте контакт с воспитателями. Расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребенка, обсуждайте возникающие проблемы.

Подчеркивайте, что Ваш ребенок Вам, как и прежде, дорог и любим!

Приложение 4

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД»

Детский сад – это не только новое окружение, новая обстановка, новые люди. Это и первое расставание ребенка с близкими людьми, и, следовательно, первое большое испытание, которое он встретит самостоятельно. Малышу надо приспособиться к новому ритму и требованиям воспитателя. Чтобы стресс не был болезненным и не затянулся на долгие недели, необходима разумная и последовательная помощь родителей.

1. Свое решение о посещении детского сада необходимо сообщить ребенку с радостью, преподнести его как награду.
2. Готовить ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим.
3. Покупать вещи для детского сада вместе с ребенком. Заботится о том, чтобы вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застёжек и пуговиц, обувь – на липучках или на молнии.
4. Заранее узнать режим дня в дошкольном учреждении и организовать похожий режим дома.
5. Отправлять малыша в детский сад лишь при условии, что он здоров. Повысить роль закаливающих мероприятий.
6. Как можно раньше познакомить ребенка с детьми и воспитателями в детском саду. Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
7. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он там будет делать.
8. Учить ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.
9. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.
10. Продумать, кто будет приводить и уводить ребенка.
11. Планировать свое время так, чтобы не оставлять малыша первое время на целый день в детском саду. Все время объяснять ребенку, что он для Вас по-прежнему дорог и любим.
12. Накануне напомнить малышу, что завтра он пойдет в садик и ответить на все вопросы ребенка. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, с которыми он может столкнуться в начале посещения дошкольного учреждения.

Приложение 5

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в анкетном опросе. Ваши ответы помогут сотрудникам детского сада узнать индивидуальные особенности и желания Вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития.

I. 1. Ф.И. ребенка _____ Дата рождения _____

2. Дата заполнения _____ Подпись _____

3. Ф.И.О. матери _____

Образование, род деятельности _____

Ф.И.О. отца _____

Образование, род деятельности _____

4. Состав семьи (кто постоянно проживает с ребенком) _____

5. Есть ли в семье другие дети, их возраст, взаимоотношения с ними _____

6. Основные виды игр и занятий дома? _____

7. Может ли ребенок сам найти себе занятие дома? _____

II. 1. Как Ваш ребенок засыпает (быстро/медленно, спокойно/неспокойно, с дополнительными воздействиями/без дополнительных воздействий)? _____

2. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул? _____

3. Как ребенок спит?

а) спокойно;

б) беспокойно (чутко; часто просыпается, но легко засыпает вновь; бывают ночные страхи, страшные сны; разговаривает во сне, др. _____)

4. Как относится к введению новой пищи, аппетит _____

5. Заявляет ли о физическом дискомфорте и каким способом: устал, хочет есть, пить, спать, мокрые штанишки? _____

6. Какими навыками самообслуживания владеет самостоятельно: ест ложкой, пьет из чашки, пользуется горшком, оказывает содействие при одевании? (*подчеркнуть*)

7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки (сосет палец, раскачивается, крутит головой и т.д.)? _____

8. Часто ли болеет? _____

III. 1. Как переносит разлуки с матерью? _____

2. Какова была максимальная длительность такой разлуки? _____

3. Подражает ли взрослым, проявляет ли интерес к их делам? _____

4. Как относится к оценке взрослого:

- положительной: _____

- отрицательной: _____

5. Стремится ли демонстрировать свои достижения, умения взрослому? _____

6. Легко ли идет на контакт с взрослыми, сверстниками (легко; избирательно; трудно)?

V. 1. Каковы Ваши действия в следующих ситуациях:

- ребенок отказывается есть _____

- ребенок не может заснуть _____

- намочил штанишки _____

- сломал игрушку или предмет, которым пользуются взрослые _____

- не реагирует на запрет и продолжает настаивать на желаемом, капризничает _____

2. Как Вы:

- ласкаете ребенка _____

- поощряете ребенка _____

- порицаете _____

VI. 1. Как передвигается ребенок?

а) преимущественно бегом;

б) беготня чередуется со спокойным перемещением.

2. Следует ли ребенок определенному порядку в проявлении своей жизнедеятельности (просыпается и засыпает приблизительно в одно и то же время, съедает ежедневно приблизительно одинаковое количество пищи, проявляет активность или спокойствие в одно и то же время суток)?

а) да; б) нет.

3. Легко ли привыкает к новой ситуации (возникают ли проблемы, когда приходится спать на новом месте, оставаться с новым человеком, сопротивляться тем или иным переменам в повседневной жизни)?

а) да; б) нет.

4. Как Ваш ребенок выражает свои чувства?

а) протестует активно: если огорчен, заливается слезами; если рад, громко хохочет.

б) протестует тихо: от огорчения хнычет, хмурится; от радости улыбается.

5. Какое настроение преобладает?

а) хорошее, бодрое;

б) подавленное, вялое или серьезное.

6. Может ли ребенок достаточно долго заниматься каким-то делом, проявлять настойчивость?

а) да; б) нет.

7. Проявляет ли Ваш ребенок особую разборчивость в мелочах (протестует, когда надевают на него несколько тесную одежду; замечает, если несколько меняется вкус любимого блюда; реагирует на запахи и пр.)?

а) да; б) нет.

СПАСИБО!

Приложение 6

Консультация для воспитателей

«Степень адаптации ребёнка к условиям детского сада»

В каждом детском саду есть уже свой отработанный алгоритм адаптации ребенка. Чаще всего малыш привыкает к новой жизни по такой схеме: чтобы ребенку было проще познакомиться с воспитателями и другими детьми, мама приводит его несколько раз на дневную и вечернюю прогулку. Очень важно, чтобы ребенок видел, как родители приходят за детьми;

- первую неделю малыша приводят к девяти часам, чтобы он не видел слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамой. Желательно, чтобы ребенок был накормлен, потому что многие малыши отказываются кушать в непривычной для них обстановке;
- первую неделю мама находится в группе вместе с малышами, чтобы он чувствовал себя спокойнее. После утренней прогулки мама забирает ребенка домой;
- вторую неделю малыш остается в группе в течение такого же времени, что и в первую, но уже без мамы. Мама приходит к концу утренней прогулки, и ребенок обедает в ее присутствии;
- третью и четвертую неделю ребенок уже может остаться на дневной сон. Родители могут забрать его сразу, как только он проснется.

По тому, как дети приспосабливаются к садику, их можно разделить на три основные группы.

Тяжелая степень адаптации – дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Это наиболее неблагоприятный вариант.

Поведение ребенка:

Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей (в лучшем случае с ребёнком вообще не удаётся установить контакт). Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей. Очень часто родители находятся в слиянии с ребёнком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Но постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист!

Средняя степень адаптации – в эту группу попадают дети без нервных расстройств – они в детском саду «всею лишь» начинают часто болеть. Еще бы, происходит «обмен» всевозможными инфекциями. Подобную «прививку» могут выдержать далеко не все дети – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш ваш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к

благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться вашему ребенку и в дальнейшем, когда он переступит порог школы.

Поведение ребенка:

Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

Легкая адаптация – наконец, почти половина детей составляет Самую благополучную группу – они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Обычно период адаптации составляет 3-4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Поведение ребенка:

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, например, понарошку кормит куклу, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего – полмесяца.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному ребенку на адаптацию потребуется всего неделя, а другому – целый месяц. Продолжительность привыкания зависит от многих факторов. Надо учитывать темперамент малыша, его состояние здоровья, какова обстановка в семье и даже то, насколько готовы к этому важному этапу сами родители. Некоторые дети в первые дни проявляют нешуточную агрессию: царапаются, кусаются, бросаются на пол, с яростью швыряют предлагаемые игрушки. Иногда бывает все наоборот: малыш после расставания с мамой замыкается в себе и, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживает рыдания; сидит, уткнувшись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Так что родители должны быть готовы ко всему.

Чтобы более детально и как можно объективнее судить об этом этапе, психологами был специально разработан ряд необходимых показателей, достаточно информативно характеризующих особенности поведения и проявление эмоций у ребенка, адаптирующегося к новому организационному коллективу, и эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад.

Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад:

Отрицательные эмоции – как правило, важнейший компонент, встречающийся практически у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу.

Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть, и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы, о сне вообще не стоит говорить... И вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая «белку в колесе». Как вихрь вырывается из рук нянь или воспитателей и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по несколько раз в день.

Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что на какое-то время у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны.

В палитру плача входит также и «плач за компанию», которым уже почти адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает «новичков», пришедших в группу, и составляет «плачущий дуэт» или же просто подпевает в хоре.

Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.

Страх – обычный спутник отрицательных эмоций, их «сослуживец», «компаньон» и «друг». Навряд ли вам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь ваш малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей, а главное, того, что вы забудете о нем, уйдя из сада на работу. Малыш боится, что вы предали его, что не придете за ним вечером, чтобы забрать домой... Малыш боится... Очень часто мы невольно сами провоцируем его глобальный страх. И этот страх – источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.

Гнев: порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент Малыш ваш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту. В период адаптации ребенок похож на «ахиллесову пяту» и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождаемая им агрессия способны разгореться, даже если нету искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.

Положительные эмоции – противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто «опьянен» ориентировочной реакцией на

«прелесть новизны». Чем легче адаптируется ваш ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего ребенка адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные «лекарства», вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.

Социальные контакты. Уже в три года ваш малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта. Коммуникабельность ребенка – это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводят лишь в «гордом одиночестве». На смену этой «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность», означающая то, что ваш ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт с взрослыми людьми.

Однако эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не направлена на улучшение общения с людьми, особенно со сверстниками. В такой момент малыш обычно, плача, подбегает к воспитательнице, хватая ее за руку, пытается тянуть к входной двери и молит, чтобы она отвела его домой. Малыш готов пойти на компромисс с заведующей или няней, он даже молит медсестру... пусть не домой, но только чтобы увели его из группы, чтобы забрали поскорей от этих не умеющих вести себя детей. Нет, он не хочет и не может дружить с ними. Насколько проще было дома, когда он проводил все дни один.

Как только ваш малыш сумеет наконец наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль – и это будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации у вашего ребенка.

Познавательная деятельность – обычно верный «друг» всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. В три года эта деятельность тесно связана с игрой. Поэтому малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Ваш «почемучка» словно в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако, как только он проснется, или, в конце концов, вы все-таки «разбудите» его, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.

Социальные навыки. Под прессом стресса ваш малыш обычно изменяется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Все это вызывает частые насмешки у детей и недовольство воспитателей, как правило, считающих, что ваш малыш совсем не подготовлен к саду. Его приходится кормить из ложечки и умывать, как младенца. Он «не умеет» одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Ну, словом, маленький дикарь. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, при разговоре с вами лишь употребляя младенческие

или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. И предложения из многосложных стали односложными. В ответах на вопросы – «телеграфный стиль». Такая речь – итог тяжелой адаптации. При легкой – она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

Двигательная активность. Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако постарайтесь все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

Сон. Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как «ванька-встанька». Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но сон навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Как будто бы он смотрит сон свой в телевизоре, где ясно видит, что с ним происходит. Однако фильм имеет только страшное начало, конец малыш боится посмотреть. И чтобы его действительно не видеть, в испуге, плача, прерывает сон. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ваш ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже ваш малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест не меньше, чем Гаргантюа, пытаясь своим «волчьим» аппетитом хоть как-то удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.

На фоне стресса ваш ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не только восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться.

Приложение 7

Фамилия, имя ребёнка, возраст _____

Дата заполнения: 1-й части _____ 2-й части _____

Параметры	Характеристика	1 часть	2 часть
1. Настроение	бодрое, уравновешенное		
	неустойчивое, раздражительное		
	подавленное		
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 15 мин)		
	неустойчивое		
	неспокойное, медленное		
3. Длительность и характер сна	Спокойный, соответствует возрасту		
	неустойчивый		
	неспокойный, не соответствует возрасту		
4. Аппетит	хороший		
	избирательный, неустойчивый		
	плохой		
5. Навыки самообслуживания	соответствует возрасту		
	не всегда		
	не соответствует возрасту		
6. Инициативность в игре	умеет найти себе дело		
	не всегда		
	нет		
7. Инициативность во взаимоотношениях с взрослыми	вступает в контакт сам		
	не всегда		
	сам не вступает в контакт		

8. Результативность действий	доводит начатое дело до конца		
	не всегда		
	не доводит		
9. Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно		
	не всегда		
	сам не играет		
10. Идёт на контакт с взрослыми	легко		
	избирательно		
	трудно		
11. Идёт на контакт с детьми	Легко		
	Избирательно		
	трудно		
12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет интерес к окружающему		
	отрывается не сразу		
	периодически возвращается, плачет		
Общий балл			
Средний балл			

Приложение 8

Показатели адаптационных возможностей ребенка второго-третьего года жизни

Компонент адаптации	Факторы благополучной адаптации	Факторы риска дезадаптации
1	2	3
Психофизиологический	Стабильное чередование сна и бодрствования Умение сигнализировать о своих нуждах Координация движений, двигательная целенаправленность Сформированность мелких движений рук	Нарушения сна. Повышенная возбудимость или пассивность, заторможенность. Двигательное беспокойство, нецеленаправленность движений. Слабая координированность движений. Ручная неловкость. Избирательность в пище. Неумение сигнализировать о своих нуждах, дискомфорте. Тремор конечностей. Нарушение терморегуляции. Повышенная чувствительность к сенсорным раздражителям.
Индивидуально-психологический	Способность к самостоятельным действиям. Целенаправленность действий, настойчивость в достижении целей. Избирательность, активность внимания. Положительный	Пониженный или повышенный фон настроения, резкие перепады настроения. Монотонный плач. Вредные привычки, невротические действия. Частые аффективные реакции.

	эмоциональный фон. Разнообразие эмоций и способов их выражения. Любознательность, исследовательская активность.	Сниженный интерес к окружающему.
Социально-психологический	Доброжелательность. Готовность к коммуникативному отклику. Инициативность в общении. Положительное отношение к поручениям, просьбам взрослого, стремление их выполнять. Интерес к действиям взрослого и ровесников. Стремление к активному подражанию. Умение выражать свои желания, намерения. Стремление демонстрировать свои достижения взрослому. Положительное отношение к оценке взрослого, адекватная реакция на замечания, запрет.	Негативные личностные образования: замкнутость, застенчивость, пугливость, капризность. Недостаточно выраженная способность к активному подражанию. Негативный опыт общения с людьми. Экзальтированная, тревожная привязанность к одному из членов семьи. Эмоциональная холодность в общении с матерью. Бедность коммуникативного опыта. Пассивность в общении. Боязнь новых взрослых, сверстников.

Какие ошибки могут встречаться со стороны родителей во время адаптации ребенка к детскому саду?

● ***Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение.***

Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

- **Обвинение и наказание ребенка за слезы.** Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.
- Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка в детском саду. Родители должны знать, что ребенок может привыкать к садику 2-3 месяца.
- **Пребывание родителей в состоянии обеспокоенности, тревожности.** Прежде всего надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.
- **Пониженное внимание к ребенку** также является типичной ошибкой родителей. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

Когда малыш начинает весело говорить о садике, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.