



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

Развитие адаптационного потенциала детей младшего дошкольного
возраста к условиям дошкольной образовательной организации

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология и педагогика дошкольного образования»**

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

авторского текста *62,18%*

Работа рекомендована к защите

« *02* » *января* 20*22*г.

зав. кафедрой ПиПД

 О.Г. Филиппова

Выполнила:

Студент группы ЗФ-502-097-5-1

Пилипенко Наталья Павловна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Буслаева Марина Юрьевна

Челябинск

2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ДОО.....	8
1.1 Феномен адаптационного потенциала ребенка младшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2 Психолого-педагогические характеристика младшего дошкольного возраста.....	12
1.3 Психолого-педагогические условия развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.....	20
Вывод по первой главе.....	26
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	28
2.1 Методы и методики исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.....	28
2.2 Программа развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.....	31
2.3 Анализ экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.....	39
Вывод по второй главе.....	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	44
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	46
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	51

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы состоит в том, что детский сад - это первый внесемейный институт, первое воспитательное учреждение, с которым вступают в контакт дети. Поступление ребенка в детский сад и начальный период нахождения его в группе характеризуются существенными изменениями окружающей среды, его образа жизни и деятельности и способно вызвать эмоциональный стресс.

Поступление ребенка раннего возраста в ДОО может сопровождаться проблемой его адаптации к новым условиям, так как адаптационные возможности ограничены. Возникновение у ребенка так называемого «адаптационного синдрома» является прямым следствием его психологической неготовности к выходу из семьи.

Для эффективной адаптации детей младшего дошкольного возраста существует необходимость развития адаптационного потенциала ребенка к дошкольной образовательной организации.

Это связано с особенностями раннего возраста. Дети отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и страхи. Длительное пребывание ребенка в стрессовом состоянии может привести к развитию невроза, замедлению темпа психофизического развития.

От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. На помощь семье должен прийти детский сад. Детский сад должен стать «открытым» по всем вопросам развития и воспитания.

В педагогической литературе в большей степени освещены вопросы адаптации к дошкольному учреждению детей раннего возраста (А.И.

Жукова, Н.И. Добрейцер, Р.В. Тонкова-Ямпольская, Н.Д. Ватутина и др.). Адаптация определяется прежде всего, как психолого-педагогическая проблема, решение которой требует создания условий, удовлетворяющих потребности детей в общении, тесного взаимодействия между семьёй и общественным воспитанием, хорошего медицинского обслуживания детей и правильной организации воспитательного процесса (Н.М. Аксарина).

Анализ исследований (Н.М. Аксарина, Н.Д. Ватутина, Г.Г. Григорьева, Р.В. Тонкова-Ямпольская и др.) показывает, что основательно изучена в педагогике раннего возраста проблема адаптации ребенка к условиям детского сада. В исследованиях выделены степени адаптации ребенка; раскрыты факторы, влияющие на характер и длительность адаптационного периода; разработаны рекомендации для педагогов и родителей по подготовке ребенка к поступлению в дошкольное учреждение и организации адаптационного периода в ДОО (Белкина В.Н., Белкина Л.В., Вавилова Н.Д., Гуров В.Н., Жердева Е.В., Заводчикова О.Г., Кирюхина Н.В., Костина В., Печора К.Л., Тонкова-Ямпольская Р.В.).

При этом проблема адаптации детей раннего возраста остается, так как необходимо искать пути безболезненной адаптации детей, создание условий для детей с разным уровнем адаптации, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. И конечно, работа по адаптации детей должна идти в тесном контакте с родителями и начинаться уже в семье, до поступления в детский сад.

Анализ проблемы в теории и практике, большое количество исследований по проблеме адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации и недостаточная компетентность родителей и воспитателей в работе с детьми младшего дошкольного возраста обусловили выбор темы исследования: «Развитие адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО». И позволил нам выделить цель, объект, предмет и гипотезу нашего исследования.

Целью нашего исследования является: теоретическое обоснование и эмпирическое решение проблемы развития адаптационного потенциала ребенка младшего дошкольного возраста к условиям дошкольной образовательной организации.

Объект исследования: адаптационный потенциал детей младшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО.

В основу исследования заложена гипотеза о том, что развитие адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста будет эффективным при реализации следующих условий:

- вовлечь родителей в процесс развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.
- повысить компетентности педагогов по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста;
- осуществить работу по реализации программы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

В соответствии с целью и гипотезой были определены задачи исследования:

1. Изучить феномен адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе;
2. Описать психолого-педагогические характеристики детей младшего дошкольного возраста;
3. Описать содержание работы по развитию адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста;
4. Изучить методы и методики исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста;
5. Разработать программу развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста;

6. Проанализировать результаты экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Методы исследования:

1. Теоретические: изучение научной литературы по проблеме исследования, нормативно-правовых актов, систематизация, анализ, сравнение.

2. Эмпирические: анкетирование, разработка программы развития.

База исследования: МДОУ «Детский сад комбинированного вида N 1» с. Долгодеревенское.

Этапы исследования:

Первый этап (сентябрь 2021 г.) – анализ психолого-педагогической и методической литературы по теме исследования, определение методологических и теоретических основ, объекта и предмета, цели исследования, выдвижение гипотезы.

Второй этап (октябрь – декабрь 2021 г.) – определение наиболее эффективных теоретико-методологических подходов к решению проблемы, обоснование критериев проверяемой гипотезы, определение оптимального содержания экспериментальной работы, ее этапы, методы и методики, разработка программы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Третий этап (январь – июнь 2022 г.) – сравнительный анализ, систематизация, обобщение результатов работы, интерпретация полученных данных, формулировка выводов, оформление работы.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что теоретически обоснована необходимость исследования психолого-педагогической защиты детей старшего дошкольного возраста.

Практическая значимость: результаты проведенного исследования могут применяться в работе педагогов-психологов дошкольных образовательных организаций.

Структура работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ДОО

1.1 Феномен адаптационного потенциала ребенка младшего дошкольного возраста в психолого-педагогической литературе

Проблемам социализации, социальной адаптации и адаптационным способностям были посвящены работы как отечественных, так и зарубежных ученых. Изучение проблемы социально-психологической адаптации стояло в центре внимания таких ученых, как Г. Айзенк, Г.Гартман, А. Маслоу, Ф.Б. Березин, В.И. Медведев, А.А. Налчаджан, Ж.Пиаже, А.А. Реан и др. Разработке феномена социально-психологической адаптации и социального развития в отечественной психологии посвящены труды Л.С. Выготского, А.В. Петровского, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, А.В. Запорожца и др.

Существенное место в рамках изучения психологических аспектов сопровождения ребенка в детском учреждении уделено проблеме адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения – Л.И. Белкина, Л.А. Венгер, В.В. Холмовская, С.В. Павшукова, Е.А. Лисина и др.

Рассмотрим основные научные подходы к понятию «адаптация» и «адаптационные способности». Адаптация выступает одним из основных понятий в сфере знаний, которые изучают человека с позиций естественнонаучного, гуманитарного и общественно-научного подходов. В научных трудах, особенно русскоязычных, довольно часто встречается большое число взглядов и мнений на то, что считать адаптацией. В традициях отечественной школы физиологии со времен И.М. Сеченова, И.П. Павлова и А.А. Ухтомского, адаптацию рассматривали, как единую, целостную, интегративную реакцию организма, основной целью которого

было поддержание жизнедеятельности в условиях постоянно изменяющейся внешней среды.

Термин «адаптация» в переводе с латинского означает «приспособление». Как отмечает Д.Б. Лукашенко [32] впервые он был введен в 1865 году Г. Аубертом, который характеризовал адаптацию как «изменения (приспособительного характера) чувствительности кожных анализаторов, а также как реакцию к действию внешних раздражителей». Позже учеными было выявлено, что такое «приспособление» характерно для функционирования всех органов чувств человека. Это предположение дало мощный толчок к всестороннему изучению вопроса адаптационных способностей в области биологии и антропологии, а позже термин стал упоминаться в разнообразных областях наук. В настоящее время каждая дисциплина определяет понятие «адаптации» и «адаптационных способностей» исходя из своей специфики и применительно к своему понятийному аппарату.

В педагогической науке В.С. Безрукова определяет адаптацию как способность человека изменять свое поведение, состояние или отношение к чему-либо в зависимости от изменения условий жизнедеятельности [8].

С точки зрения психофизиологических и психологических основ адаптации, Ф.Б. Березин определяет ее как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды. В ходе этого процесса человек оказывается способным удовлетворять актуальные потребности и реализовывать значимые цели, а также обеспечивать соответствие психической деятельности и поведения требованиям среды [11].

Наиболее интересным видом адаптации выступает социальная адаптация. Социальная адаптация признается важным социально-психологическим компонентом развития личности. Согласно В.Г. Казанской, социальную адаптацию можно определить, как процесс и результат установления гармоничных взаимоотношений между личностью

и социальной макросредой в специфических для данного человека социальных ситуациях. А.А. Реан под социальной адаптацией понимается постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды и результат этого процесса [40]. Таким образом, социально-психологическая адаптация выступает как важнейший компонент социализации личности.

Приспособление индивида к условиям социальной среды начинается с момента рождения ребенка и продолжается весь жизненный путь.

Взросление ребенка, формирование его черт характера и поведенческих установок, знакомство с окружающим миром и обществом проходит очень интенсивно в период дошкольного возраста. Важнейшими социальными институтами в жизни дошкольника, помимо его семьи теперь занимают дошкольные учреждения, в частности детский сад. Ребенок оказывается в новом социальном окружении, получает новый для него социальный статус «воспитанника», знакомится с большим количеством сверстников и воспитателей. Перед ребенком ставится новая сложная задача – адаптация в детском коллективе, усвоение и соблюдение норм и правил детского сада, нахождение новых друзей. Успешность процесса адаптации и предупреждение причин возникновения социальной дезадаптации, в данном случае будет зависеть от ряда условий. В первую очередь, это создание благоприятных бытовых условий, в которых находится ребенок, соблюдение режима дня, а именно питания, бодрствования, сна, а также наличие спокойных взаимоотношений членов семьи и сверстников.

И. Б. Ушаков в медико-биологической концепции рассматривает адаптационный потенциал как количественное выражение уровня функционального состояния организма и его систем, которое характеризует его способность надежно и адекватно реагировать на различные неблагоприятные факторы при экономном расходовании функциональных ресурсов, которое позволяет предотвратить

формирование преморбидного состояние [49]. Здоровье, состояние физиологического стресса человека можно отнести к данному адаптационному потенциалу.

Д. А. Леонтьев понимает адаптационный личностный потенциал как базовую индивидуальную характеристику человека, которая качественно характеризует уровень личностной зрелости [31]. Другими словами, адаптационный потенциал отражает преодоление человеком трудных жизненных обстоятельств, преодоление самого себя. Таким образом, психологический кризис, понимающийся как трансформация личности в положительном ключе – то есть преодоление самого себя, работа над собой, может быть отнесен к адаптационному личностному потенциалу.

А. Г. Маклаков выделяет ряд характеристик, которые характеризуют адаптационный личностный потенциал: нервно-психическая устойчивость, самооценка личности, ощущение социальной поддержки, особенности построения контакта с окружающими, опыт социального общения, моральная нормативность личности, ориентация на соблюдение требований коллектива [33]. Если уровень нервно-психического напряжения высокий, но человек не ощущает социальной поддержки, то уровень адаптационного потенциала личности не будет высоким.

Другими словами, необходимо системное рассмотрение данных характеристик, для того чтобы понимать общий уровень адаптационного личностного потенциала. Построение сбалансированной самооценки, приобретение опыта общения с людьми сопровождаются психологическим стрессом, также могут сопровождаться психологическим кризисом.

Таким образом, Д. А. Леонтьев и А. Г. Маклаков определяют адаптационный потенциал с точки зрения психологической концепции, которая отвечает на вопрос: какими индивидуальными характеристиками должен обладать человек, чтобы иметь высокий адаптационный потенциал.

В младшем дошкольном возрасте от адаптационного потенциала личности ребенка напрямую зависит его умение влиться в социальную среду. В своих трудах Маклаков А. Г. выделил несколько характеристик, на которые непосредственно влияет адаптивный потенциал:

- общая устойчивость психики и нервной системы;
- уровень самооценки каждого конкретного человека;
- уровень социальной значимости;
- навыки разрешения конфликтов;
- уровень коммуникабельности;
- ориентация в обществе и реакция на принятые социумом нормы.

Адаптационный потенциал личности начинает формироваться параллельно с развитием функциональной системы нервной деятельности. Кроме этого, на него оказывают большое влияние выработанные поведенческие реакции, которые, в свою очередь, обуславливаются нормами, принятыми в каждой конкретной семье [34].

Таким образом феномен адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста рассмотрен в трудах зарубежных и отечественных ученых. И представляет собой способность ребенка адаптации к окружающей действительности, социальным нормам и восприятию информации в соответствии с их нормами. Данный феномен раскрывает возможности ребенка в адаптационный период нахождения в условиях дошкольной образовательной организации.

1.2 Психолого-педагогические характеристика младшего дошкольного возраста

Младший дошкольный возраст - важный период в развитии детей. В этом возрасте дети активно формируют первые элементарные представления о поведенческих навыках, чувствах к взрослым и

окружающим их сверстников. Формирование данных навыков происходит более благополучно в критериях подходящего педагогического воздействия детского сада и семьи. Те моральные ощущения, идеи и способности, которые сформируются у детей в данном возрасте, нравственный навык, который они скапливают, будут почвой их последующего нравственного развития.

В возрасте от трех до четырех лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. «К трем годам ребенок умеет вступать во взаимоотношения со взрослыми, способен к элементарному самообслуживанию, владеет элементарными формами поведения» [15].

Его общение становится более самостоятельным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной социальной функции. Желание ребенка выполнять эту же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается путем развития игры, которая становится ведущей деятельностью в дошкольном возрасте [3].

Игра оказывает значительное влияние на ребенка. Прежде всего в игре дети учатся общаться с друг другом, подчиняться правилам и управлять своим поведением.

Ведущей особенностью игры считается ее условность: выполнение 1-го воздействия с одним объектом предполагает атрибуцию иных поступков другими объектами. Главным содержанием игровой деятельности младших дошкольников считаются манипуляции с игрушками и предметами. Длительность игры в этом возрасте очень мала. Младшие дошкольники ограничены игрой с одной или же 2-мя ролями. Игры с правилами в данном возрасте лишь только начинают формироваться [2].

Третий год жизни ребенка является переходным в развитии. Это еще маленький ребенок, который имеет много общего с детьми предыдущего

этапа и который требует особого осторожного и внимательного отношения со стороны взрослых, но в то же время у него есть качественно новые возможности в овладении навыками, в формулировании идей, в накоплении

личного опыта поведения и деятельности. Для детей трех лет свойственна интенсивная забота к выполнению работы без поддержки взрослого человека, проявление примитивных типов вербальных суждений о находящейся вокруг среде, формирование новых форм отношений, постепенный переход к групповой форме игровой деятельности. Возрастной особенностью детей младшего дошкольного возраста является отделение от взрослого, появляется утверждение «Я сам».

Ребенок

уже понимает, что многое он умеет делать самостоятельно, а что-то ему хочется попробовать сделать. Возникает противоречие между «я могу» и «я хочу», что ведет к кризису.

Дети третьего и четвертого года жизни очень нуждаются в любви, внимании со стороны взрослых, стремятся к близости с педагогом. Дети по-прежнему в значительной степени зависят от взрослых. Это связано с отсутствием элементарных навыков гигиены и самообслуживания, умения самостоятельно играть, заниматься, общаться с другими [2]. К трем годам произошли качественные перемены в росте независимости. Это позволяет педагогу предъявлять детям более высокие требования: устанавливать контакт с друзьями в игре при выполнении заданий вместе со сверстниками, учитывать интересы, желания других, оказывать поддержку [3].

Включая детей в индивидуальную и совместную деятельность, педагог упражняет их в добрых делах, формирует гуманные чувства, вызывает желание подчиняться, уважительно относиться к другим.

Для реализации этих задач педагог использует подражание как особую особенность детей от трех до четырех лет. Взрослый показывает своим примером положительное отношение к работе, к окружающим людям, к детям. Для детей младшего дошкольного возраста характерна большая эмоциональная отзывчивость, которая позволяет успешно решить проблему воспитания добрых чувств и отношения к окружающим людям. Очень важно, чтобы воспитатель поддерживал положительное эмоциональное состояние у детей: реагирование на предложения, просьбу, чувство сочувствия при виде скорби другого. В детях следует воспитывать любовь к близким, желанием сделать что-то хорошее для них. Это достигается с помощью одобрения, похвалы [28].

Дети младшего дошкольного возраста активно вступают в социальные взаимоотношения, ребенок проявляет интерес к себе подобным. Эта социальная потребность является предпосылкой для развития дружеских отношений, что также является важной образовательной задачей. В отношении детей от трех до четырех лет эта задача заключается в том, чтобы поддерживать чувство радости в общении со сверстниками. В то же время педагог учит детей замечать нарушение правил поведения.

В три года особенно важно желание общаться с другими детьми. Степень развития детей позволяет понять действия и речь сверстников, поговорить с ними, договориться о совместной игре, занятиях. В обществе детей ребенок учится соотносить свои желания с желаниями другого ребенка и всей группы детей. Все это обязывает педагога формировать способность детей дружить с младшими детьми, заботиться о детях, которые пришли после болезни, учить другого тому, что он сам знает. В играх, в повседневном общении со сверстниками, дети, имитирующие взрослых, проявляют взаимное внимание, заботу, вежливость [17].

В это время происходит интенсивное формирование навыков и привычек культурного поведения. Мотивы играют важную роль в этом.

Мотивация деятельности ребенка, его действия, отношения, способствует установлению единства между внешними формами культурного поведения и его морально значимыми мотивами.

Сознательное управление поведением только начинает складываться;

во многих отношениях поведение ребенка по-прежнему является ситуативным. В то же время можно наблюдать случаи ограничения собственных мотивов самим ребенком, сопровождаемые устными инструкциями. Самооценка начинает развиваться, и дети в значительной степени ориентированы на оценку родителей и других взрослых. Кроме того, их половая идентификация продолжает развиваться, что проявляется в характере игрушек и предметов [31].

Поскольку дети четырех лет могут выполнять элементарные задачи взрослых, следовать правилам в своем поведении: они начинают понимать простейшие мотивы социальной важности, сделать что-то полезное для сверстников и взрослых. Это требует от педагога организации любой деятельности детей и их поведения таким образом, чтобы наряду с мотивами интереса к самому действию, в процессе, желанием получить одобрение других и сформировать моральные мотивы – быть необходимо другим (сверстникам, взрослым).

Для детей третьего года жизни характерна конкретность мышления. Они связывают спрос с конкретной ситуацией, и с определенной личностью.

И часто одно и то же требование дети выполняют на тех же условиях и не выполняют в других, выступают с одним преподавателем и нарушают запреты других.

Дети, даже на четвертом году жизни, не знают, как соотнести понятие моральной нормы с их действиями. Кроме того, у детей очень слабо развит самоконтроль и способность сознательно контролировать свое поведение.

У детей формируются представления о правдивости: нужно говорить правду, все рассказать родственникам, наставнику [36].

Таким образом, уже в младшем дошкольном возрасте дети начинают формировать элементарные представления о явлениях социальной жизни и нормах человеческого общения.

Решения о преднамеренности, негативизме, упрямстве, свидетельствующие о так называемом «трехлетнем кризисе», часто мешают решению этих задач нравственного воспитания маленьких детей.

К концу третьего года жизни ребенок нуждается в самоутверждении, осознание его «я». Ребенок начинает требовать независимости больших объёмах, чем педагоги, родители склонны его дать. Их запреты вызывают протест. Существует негативизм (ребенку все равно, что делать, он просто делает наоборот) и упрямство (ребенок делает то, на что настаивает). В малой степени негативизм и упрямство – это нормальные реакции во время кризиса. Бурный кризис у некоторых детей требует специальных педагогических мер.

Педагоги учитывают необходимость детей конца третьего года жизни в самоутверждения, стремления к независимости и работы по предотвращению возникновения упрямства и негативизма, и если они проявляются у некоторых детей, они направляют свои усилия для их устранения. Воспитание добрых чувств, позитивных отношений, простейших моральных проявлений происходит в повседневной деятельности, в игре, в ДОО и связано с формированием этих видов деятельности [3].

На четвертом году жизни дети продолжают развивать умственные способности, увеличивая физическую работоспособность, темпы роста. Увеличивает активность ребенка, усиливает его внимание, оно становится более разнообразным и скоординированным.

В период от трех до четырех лет дети активно осваивают речь. В этом возрасте происходят значительные изменения в развитии речи: запас слов значительно увеличивается, появляются элементарные суждения об окружающей среде.

Они начинают понимать окружающие явления и дают элементарные словесные оценки. «Слушание и понимание сообщений, выходящих за пределы непосредственной ситуации общения, является важным приобретением этого возраста» [16 с. 68].

Педагог, для ознакомления детей с окружающим миром, людьми и правилами отношений, использует интенсивное развитие речи и эмоциональную активность детей. С этого возраста происходят значительные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в развитии индивидуальных психических процессов, в отношениях с другими. Важнейшим достижением этого возраста является то, что действия ребенка приобретают преднамеренный характер.

В младшем дошкольном возрасте начинает воображение развиваться, что особенно заметно в игре, когда некоторые объекты действуют как заменители других. Преобладающая форма мышления –визуально-образное. Ребенок может объединять объекты не только по внешним сходствам (форма, цвет, размер), но и поглощать общепринятые представления о группах предметов (одежда, посуда, мебель). В основе таких представлений лежит объединение тех, кто имеет общую цель или входит в общую ситуацию объектов.

Визуально-эффективное мышление продолжает развиваться. В то же время в ряде случаев ситуации преобразуются в зависимости от целевых выборов с учетом желаемого результата. Дошкольники могут устанавливать некоторые скрытые ссылки и отношения между объектами. Это имеет большое значение для развития тонких моторных навыков.

Младшие дошкольники могут создавать простые предметы под руководством взрослого.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации. В рисовании способности ребёнка начинают определяться графическими видами-представлениями о том, как изображаемая вещь будет

смотреться на бумаге. В данном возрасте они лишь только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях

отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования отдельных единиц восприятия – переходят к сенсорным стандартам-культурно развитые средства восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти или более форм предметов и до семи или более цветов,

способны дифференцировать объекты по размеру, ориентироваться в пространстве группы детского сада и во всем дошкольном учреждении [28].

Развивается память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 имен предметов. К концу младшего дошкольного возраста они могут запоминать значимые отрывки из своих любимых литературных произведений.

Новообразования в младшем дошкольном возрасте:

- происходит формирование новой внутренней позиции, новый уровень осознания своего места в системе общественных отношений;
- ребенок развивает широкий спектр деятельности-игры, труд,

- продуктивность, повседневность, общение;
- начинает формироваться произвольное поведение;
- осуществляется развитие средств и методов познавательной деятельности [37].

В этот период у детей активно формируются память и внимание, понимание причинно-следственной связи, появляется воображение, формируются навыки социализации, развивается самооценка, появляется осознание половой принадлежности, активно развивается речь. В данный период происходит формирование произвольного поведения.

Таким образом, психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста основывается на знаниях о приобретении таких навыков как: умение играть в простые игры, выполнение под руководством простой творческой работы, способностью ориентироваться в пространстве.

1.3 Психолого-педагогические условия развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста

С поступлением ребенка в дошкольное образовательное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение восьми и более часов, новые требования, постоянный контакт с детьми, новое помещение, таящее в себе много неизвестного.

Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким как капризы, страхи, отказ от еды. Поэтому принципами работы по адаптации детей в ДОО являются:

1. Тщательный подбор педагогов в формирующихся группах.
2. Предварительное ознакомление родителей с условиями работы ДОО.
3. Постепенное заполнение групп.
4. Гибкий режим пребывания детей в начальный период адаптации с учетом индивидуальных особенностей детей.
5. Сохранение в первые две-три недели имеющихся у малышей привычек.
6. Информирование родителей об особенностях адаптации каждого ребенка на основе адаптационных карт [21].

Решение проблемы адаптации ребенка к детскому саду строится в нескольких направлениях.

Работу с родителями можно условно разделить на несколько этапов [22].

Первый этап - предварительный. Работа начинается весной, до начала нового учебного года. Педагог-психолог знакомится с родителями будущих воспитанников и самими малышами. Собирает первичную информацию о ребенке, семье, условиях воспитания, предшествующих поступлению ребенка в сад. С родителями проводится анкетирование, в ходе которого они анализируют «Готов ли ребенок к посещению детского сада?». Взрослые, отдавая ребенка в детский сад, испытывают тревогу за своего малыша.

Задача педагога-психолога – успокоить их, подчеркнуть важность организации подготовительного периода. Он проводит ознакомительную экскурсию по детскому саду, показывает группу, спальню, игрушки.

Второй этап – ознакомительный. На первый план выступает взаимодействие с родителями на основе диалога. Педагоги встречаются с ними на индивидуальных консультациях (сентябрь-октябрь). В ходе беседы собираются данные анамнеза, родители делятся впечатлениями о первых

днях посещения детского сада. В это же время, заполняется протокол, в котором педагог-психолог отмечает, как проходит период адаптации, и повлияло ли посещение детского сада на поведение ребенка. Для родителей готовится информация в родительский уголок и информационные стенды: «Приглашение в детский сад», «Я хожу в сад», «С детьми работают...», «Детские капризы», «Детская самостоятельность» и т.д.

На третьем этапе - практическом, взрослых необходимо включать в деятельность образовательного учреждения. Они должны быть не сторонними наблюдателями, а участниками педагогического процесса.

Работа с педагогами группы, принимающих малышей. В первые дни сентября педагог-психолог, методист проводят консультацию с ними. Он напоминает воспитателям особенности возраста детей двух-трех лет, адаптации, обращает внимание на моменты, которые могут оказаться важными при знакомстве с родителями и их ребенком [26].

В дальнейшей работе, консультации с педагогами группы, носят практический характер. На них специалисты знакомят воспитателей с индивидуальными особенностями детей и родителей данной группы, сообща решаются возникающие в ходе адаптации вопросы и возможные проблемы. В течение учебного года таких консультаций может быть несколько: «Привычки ребенка», «Питание ребенка в период адаптации», «Адаптация и круг общения», «Мальчики и девочки идут в детский сад».

В рамках работы с детьми специалист проводит наблюдение за детьми адаптационной группы. В протоколе наблюдения фиксируются особенности контактов детей с взрослыми, с другими детьми, поведение ребенка на занятиях, в играх. Беседы с родителями и результаты наблюдения за ребенком в детском саду помогают разобраться в причинах сложного протекания адаптации, разработать индивидуальные рекомендации для предупреждения «срыва», протеста против посещения

детского сада [29]. Чтобы период привыкания к детскому саду прошел быстрее и спокойнее, используются различные методы, приемы и формы работы. Прежде всего, это создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляет творческую активность.

Элементы телесной терапии. Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

Чтение стихов, исполнение колыбельных песен перед сном. Колыбельные - первые уроки родного языка для ребенка. Песни помогают малышу запоминать слова, их значения, порядок слов в предложении. Чтение ребенку поэзии оказывает такой же эффект. В отличие от обычной речи, стихи обладают ритмом, о благотворном влиянии которого на растущий организм уже говорилось. Сопровождайте чтение стихов ритмическим похлопыванием животика, и, если стихи понравятся малышу, вы заметите ответное ритмичное постукивание вашего разумного крохи. Колыбельные песни снимают тревожность, возбуждение, действуют на ребенка успокаивающе. Этому способствуют плавная мелодия, ритмическое сочетание слова и движения (легкое покачивание, но не тряска). Дети, которым поют в детстве песни, вырастают более нежными, добрыми [27].

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действие, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества с свободным доступом детей к карандашам и бумаге помогает решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет

детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, на прикрепленном к стене листе бумаги.

Игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении. Для разнообразных и увлекательных игр используются небьющиеся сосуды разной конфигурации и объема, ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки. Дети могут купать в воде резиновых кукол, набирать в резиновые игрушки воду и выталкивать ее струей, пускать по воде кораблики и т. д. Через игры с песком и водой учат ребенка говорить о своих ощущениях, развивать речь и память.

Релаксация - это снятие напряжения, расслабление, отдых. За основу упражнений по релаксации взяты приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению. Упражнения по релаксации являются методом предотвращения стрессов у детей и оказывают положительное влияние на их здоровье. Они учат детей снимать напряжение, не замыкаться на своих проблемах и через сюжетно-ролевые игры уметь находить причины этого состояния. Упражнения должны быть в доступной игровой форме.

Сказкотерапия. Метод сказкотерапии направлен на развитие восприятия, телесных ощущений, двигательной координации детей, умения осознавать и контролировать свои переживания, понимать собственное эмоциональное состояние. Занятия вводят ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помогают ему прожить определенное эмоциональное состояние, создать свой собственный «эмоциональный фон», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают. Основной акцент делают не просто на проработки эмоций на уровне их узнавания по

мимике, жестах, поведению, словам людей и сказочных персонажей. В этих занятиях важно, чтобы ребенок проживал каждую эмоцию на телесном уровне, наблюдал за своими телесными ощущениями и оценивал их. Таким образом, развивается произвольное улавливание ощущений тепла, холода, напряжения и расслабления мышц тела. Все занятия - игровые, так как игра - это основная деятельность ребенка, в которой он сначала эмоционально, а затем интеллектуально осваивает систему человеческих отношений [25].

Музыкальные занятия 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, триоды или других музыкальных инструментов. Песни разного характера вызывают у детей различный эмоциональный отклик. У некоторых это эмоциональное состояние в связи с музыкой проявляется особенно ярко. Важно, чтобы дети не только знакомились с бодрыми, веселыми и ласковыми, спокойными песнями и пьесами, но и приучались более точно воспринимать особенности музыкального звучания, а именно высоту, тембр, силу, длительность. Восприятие этих свойств музыкального звука связано с развитием у детей музыкально-сенсорных способностей [27].

Игровые методы взаимодействия с ребенком. Предметная деятельность является ведущей деятельностью детей раннего возраста. Действуя с предметами, ребёнок чувствует свою самостоятельность, независимость, уверенность в своих силах, что очень важно для развития его личности. Очевидно, что для такой деятельности нужны специальные игрушки.

Игрушки, способствующие познавательному развитию ребёнка. Правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребенок – взрослый» и «ребенок – ребенок» и обязательно включающей

игры и упражнения. Основная задача игр в этот период - формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения [30].

Таким образом, содержание работы по развитию адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста включает в себя предупреждение нарушений адаптации детей к пребыванию в ДОО является важным мероприятием по сохранению и укреплению здоровья детей, их социализации и возможно только при совместном участии в этой работе администрации ДОО, медицинского и педагогического персонала, а также родителей. В ходе работы с детьми необходим дифференцированный, индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывающий его интересы и возможности. Раннее детство – период интенсивного психического и физического развития. Опыт, приобретенный ребенком в это время, во многом определяет его будущую взрослую жизнь.

Вывод по первой главе

Взросление ребенка, формирование его черт характера и поведенческих установок, знакомство с окружающим миром и обществом проходит очень интенсивно в период дошкольного возраста. Важнейшими социальными институтами в жизни дошкольника, помимо его семьи теперь занимают дошкольные учреждения, в частности детский сад. Ребенок оказывается в новом социальном окружении, получает новый для

него социальный статус «воспитанника», знакомится с большим количеством сверстников и воспитателей. Перед ребенком ставится новая сложная задача – адаптация в детском коллективе, усвоение и соблюдение норм и правил детского сада, нахождение новых друзей. Успешность процесса адаптации и предупреждение причин возникновения социальной дезадаптации, в данном случае будет зависеть от ряда условий. В первую очередь, это создание благоприятных бытовых условий, в которых находится ребенок, соблюдение режима дня, а именно питания, бодрствования, сна, а также наличие спокойных взаимоотношений членов семьи и сверстников.

Дети от трех до четырех лет характеризуются приобретением таких навыков как: умение играть в простые игры, выполнение под руководством простой творческой работы, способностью ориентироваться в пространстве.

В этот период у детей активно формируются память и внимание, понимание причинно-следственной связи, появляется воображение, формируются навыки социализации, развивается самооценка, появляется осознание половой принадлежности, активно развивается речь. В данный период происходит формирование произвольного поведения.

Нами было выявлено, что предупреждение нарушений адаптации детей к пребыванию в ДОО является важным мероприятием по сохранению и укреплению здоровья детей, их социализации и возможно только при совместном участии в этой работе администрации ДОО, медицинского и педагогического персонала, а также родителей. В ходе работы с детьми необходим дифференцированный, индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывающий его интересы и возможности. Раннее детство – период интенсивного психического и физического развития. Опыт, приобретенный ребенком в это время, во многом определяет его будущую взрослую жизнь.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Методы и методики исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста

В исследовании адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО были использованы следующие методы и методики:

Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, наблюдение.

Эмпирические: эксперимент, тестирование по методике Печора К.Л. для определения степени адаптации ребенка в ДОО, анкетирование родителей Печора К.Л., методика наблюдения за ребенком Роньжиной А.С.

1) Анкета для родителей (Печора К.Л.) [40].

Данная анкета подразумевает подготовительную работу по сбору информации о ребенке, его семье, уровне подготовленности к дошкольному учреждению, об индивидуальных особенностях ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается.

Обеспечивает определение уровня развития ребенка, его соответствие нормативным показателям ведущих для данного возраста развития. Полученные результаты позволяют определить характер психофизического развития каждого ребенка – его нормативность, наличие опережения либо задержке.

Период адаптации ребенка к условиям детского сада в настоящее время невозможен без профессионального психологического сопровождения родителей, педагогов и детей. Психологическое сопровождение предполагает диагностическое направление. В практике

педагогов-психологов детских садов показал свою эффективность метод анкетирования родителей.

Анкетирование проводится в течение всего периода развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО. Еще до прихода ребенка в дошкольную образовательную организацию при встрече родителей и педагогов с родителями предлагается анкета-прогноз “Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка в дошкольное учреждение” (Печора К.Л.). Отвечая на вопросы анкеты, родители смогут оценить степень готовности ребенка к новым условиям на основе своих наблюдений и семейного опыта и предотвратить возможные трудности. На первой неделе присутствия ребенка в ясельной или младшей группе родителям предлагается анкета. Информация, полученная из этой анкеты, дает представление педагогу-психологу детского сада о личностных особенностях ребенка, о чертах семейного воспитания, о способах психологической поддержки ребенка.

Полученные в результате анкетирования сведения помогают оказывать психологическую помощь родителям и детям в период адаптации.

Прогноз адаптации:

- готов к поступлению в детский сад - 55-40 баллов;
- условно готов - 39-24 балла;
- не готов - 23-16 баллов.

Бланк анкеты для родителей представлен в приложении 1.

2) Методика для определения степени адаптации ребенка в ДОО Печора К.Л. [40].

Наблюдая за процессом развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО и внося данные в специальную таблицу, педагог сможет сделать вывод о результате

адаптации каждого ребенка. Успешность адаптации проявляется в поведенческих реакциях и в продолжительности адаптационного периода.

Можно выделить четыре основных фактора поведенческой адаптации:

- эмоциональное состояние ребенка;
- социальные контакты ребенка;
- послеполуденный сон;
- аппетит ребенка.

Каждый из факторов может оцениваться от +3 до -3, т.е. от отличной адаптации до полной дезадаптации. Для удобства обработки данных и во избежание субъективного толкования приводим ниже краткие характеристики разных оценок (+1, +2, +3, 0, -1, -2, -3). Суммарно по всем четырем факторам можно получить +12 или -12, в интервале чего и определяются уровни адаптации.

Продолжительность процесса адаптации может ограничиваться одним днем (когда ребенок в первый день социализируется в ДОО) или быть сколь угодно долгой.

Уровень, т.е. успешность адаптации, выводится из взаимосвязи продолжительности адаптационного периода (А) и поведенческих реакций (П).

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

- хороший аппетит;
- спокойный сон;
- охотное общение с другими детьми;
- адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- нормальное эмоциональное состояние.

Определение поведенческой реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации ребенка в ДОО. Форма для проведения наблюдения и критерии оценивания представлены в приложении 2.

3) «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С. Роньжиной. Позволяет выявить различные проявления адаптации и дезадаптации ребенка к условиям ДОО. Данные проявления включены в бланк наблюдений по которым воспитатель оценивает степень выраженности того или иного проявления. Проводится по прилагаемой шкале. Обработка диагностики уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению производится следующим образом: баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями и делается заключение об уровне адаптированности детей. Бланк наблюдений для оценивания представлен в приложении 3.

Таким образом, нами был подобран комплекс методов методик исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста, позволяющий определить уровень адаптации детей к условиям ДОО и благодаря этому определить комплекс мероприятий для развития адаптационного потенциала младших дошкольников.

2.2 Программа развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста

Целью программы является создание условий, способствующих охране и укреплению психологического здоровья детей, обеспечения их эмоционального благополучия в процессе адаптации детей.

Основной задачей психологического сопровождения детей в период адаптации является сохранение и укрепление психического здоровья ребенка в изменившихся условиях путем оптимальной организации педагогического процесса через:

1. создание благоприятного психологического климата в группе детей;

2. формирование у ребенка положительного отношения к окружающей действительности на основе активной познавательной и игровой деятельности;

3. формирование у детей доверительных взаимоотношений с новым взрослым;

4. помощь каждому из детей в установлении контакта со сверстниками с учетом возрастных и индивидуальных возможностей;

5. помощь родителям в установлении отношений со своими детьми в новых жизненных обстоятельствах, с другими родителями и детьми, с сотрудниками детского сада.

Данная рабочая программа разработана с учетом основных требований к организации и содержанию службы практической психологии в образовании, возрастных особенностях детей и реализуется посредством основной общеобразовательной программы «Радуга», а также в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федерального Закона от 13.01.96 №12-ФЗ) "Об образовании" (статьи 53, 54, 55, 56) [1];

2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 (ред. от 21.01.2019) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" [2];

3. Постановление от 28 сентября 2020 г. N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" [41].

Концептуальной основой программы являются следующие принципы:

1. Принцип гуманизма как основополагающий

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, двигаясь, прежде всего, от ребенка. -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 ребенка 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.

3. 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.

4. Принцип взаимодействия семьи и дошкольного учреждения

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

Программа работы по сопровождению периода адаптации детей к ДОО предполагает всестороннюю деятельность педагога и педагога-психолога в рамках каждого из направлений работы (диагностика, консультирование, просвещение) со всеми участниками образовательного процесса (дети, родители, педагоги).

Работа по программе осуществляется поэтапно.

I этап: подготовительный

Цель – изучение факторов риска, прогнозирование хода адаптации детей, разработка мер поддержки.

Предполагает мероприятия по повышению профессиональной компетентности педагогов, психологическое просвещение родителей, сбор информации о детях.

II этап: основной

Цель – обеспечение благополучного хода адаптационного процесса, благоприятного психологического климата в адаптационных группах.

Предполагает осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса (систематические наблюдения за поведением детей), корректировку мер их психолого-педагогической поддержки, проведение комплекса адаптационных игр, консультирование родителей и педагогов при возникновении затруднений, психологическое просвещение. Оказание помощи детям на данном этапе предполагает широкое использование индивидуальных форм взаимодействия с целью установления доверительного контакта, торможения негативных эмоциональных состояний и снятия излишнего эмоционального возбуждения

III этап: заключительный

Цель – анализ хода процесса адаптации детей к условиям ДОО, формулировка выводов.

Предполагает осуществление итоговой диагностики уровня адаптированности (дезадаптации) детей к условиям ДОО, участие в работе психолого-медико-педагогического консилиума, анализ проделанной работы.

Этапы работы педагогов с детьми в период адаптации.

Работа педагога-психолога с детьми раннего возраста, особенно на 1-ых этапах формирования группы, сводится к наблюдению за деятельностью и поведением детей и взрослых в разные отрезки времени.

Знакомство. Ребенок, поступающий в ДОО, совместно с родителями знакомится с группой, условиями пребывания, педагогами. Мероприятия: игры, развлечения, ритуалы встреч, прощания, оздоровительные прогулки. Знакомство с детским садом, встречи с сотрудниками.

Индивидуальный режим. Для ребенка устанавливается первичный, индивидуальный режим посещения. Лучший вариант включения ребенка в группу детей – это дневная или вечерняя прогулка, где дошкольнику доступны условия игры и совместного общения. Первые несколько дней родителям рекомендовано забирать детей до сна, постепенно по мере социализации личности, время пребывания увеличивается.

Наблюдение за адаптацией ребенка и заполнение данных. Составление схемы индивидуальной психологической помощи.

Этапы работы с родителями в период адаптации.

1. Родительское собрание.
2. Индивидуальные встречи со специалистами родителей и детей.
3. Анкетирование.
4. Заключение договоров (согласие родителя или законного представителя на психолого- педагогическое сопровождение ребенка).
5. Консультации.
6. Стендовая информация. Памятки.

Этапы работы с воспитателями в период адаптации детей.

1. Беседа.
2. Консультации.
3. Наблюдения.

Планирование работы по развитию адаптационного потенциала детей осуществляется совместно с педагогом-психологом. В таблице 1

представлен краткий план работы по развитию адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Таблица 1 – План работы по развитию адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста

Сроки	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с педагогами
I этап: подготовительный			
1	2	3	4
Июль - август	первичная диагностика с целью определения сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов дезадаптации, адаптационных возможностей;	выступление на родительском собрании на тему: «Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО» (приложение 5)	консультация для воспитателей «Адаптация детей к ДОО» (приложение 7)
Июль - август	определение прогноза течения адаптации; участие совместно с администрацией ДОО в составлении подвижного графика поступления детей в группу;	создание памятки «Как подготовить ребенка к детскому саду» (приложение 6)	работа с новинками литературы информационный обмен.
	участие в комплектовании групп;	индивидуальная консультация детско-родительской пары	консультирование по результатам первичной диагностики с целью индивидуализации педагогом работы с детьми, совместная разработка мер психолого-педагогической поддержки детей «группы риска дезадаптации»
	разработка мер психолого-педагогической поддержки детей в период адаптации на основе выявленных индивидуальных особенностей;		помощь педагогам в организации образовательного пространства с учетом адаптационного процесса.

Продолжение таблицы 1

II этап: основной			
Август - октябрь	систематические наблюдения за поведением детей в ходе адаптационного процесса	индивидуальное консультирование по запросу или инициативе психолога	консультирование по текущим вопросам хода адаптационного процесса
	осуществление текущей диагностики хода адаптационного процесса: оформление данных по результатам диагностик (приложение 10)	подготовка рекомендаций, предложений, пожеланий выступления на родительских собраниях в группах на тему «Анализ процесса адаптации детей к ДОО»,	совместная оценка ситуации помощь в осуществлении индивидуального подхода к детям
	конкретизация группы адаптации ребенка;	стендовая информация в уголках групп, на интернет-сайте ДОО	рефлексия собственной деятельности,
Август - октябрь	корректировка мер психолого-педагогического сопровождения;		контроль за выполнением рекомендаций, прогноз результатов.
	разнообразная индивидуальная совместная деятельность с детьми «группы риска» с целью торможения негативных эмоциональных состояний, формирования чувства доверия к новым взрослым и сверстникам		
	реализация системы групповых адаптационных игр, направленных на снятие эмоционального напряжения,		

	формирование благоприятного психологического климата в адаптационных группах.		
--	-------------------------------------------------------------------------------	--	--

Продолжение таблицы 1

III этап: заключительный			
Ноябрь	наблюдение за эмоциональным состоянием детей, их включенности в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения	индивидуальные консультации для родителей детей с признаками дезадаптации к ДОО	составление аналитической справки по результатам адаптационного процесса
	анализ течения процесса адаптации детей ДОО (данные по результатам диагностик) с целью принятия решения о завершении адаптационного процесса		

Общая цель поддержки ребенка в адаптационный период – формирование у него нового, совместно с другими детьми, способа жизнедеятельности и форм удовлетворения своих потребностей под руководством воспитателя.

Индивидуальное сопровождение осуществляется при тяжелой степени адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения. Работа строится по результатам диагностики, исходя из конкретной ситуации (трудностей у ребенка, эмоциональных проявлений, поведенческих реакций). Обязательно сотрудничество с взрослыми (консультирование педагогов, родителей). Используется метод игровой терапии.

Цель игровых сеансов – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются основные задачи игровых сеансов:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии детей;
- развитие навыков взаимодействия друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Как правило, занятие начинается с упражнений, требующих согласованности действий всей группы. Эти упражнения создают положительный эмоциональный фон, повышают речевую и двигательную активность детей, помогают настроиться на совместную групповую работу. В основную часть занятия входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции, активно взаимодействовать со сверстниками. Заканчивается занятие спокойными, малоподвижными играми и упражнениями.

Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей представлено в приложении 8.

Каждое занятие проводится в 2-3 этапа. Комплектование и количество модулей (игр и упражнений), из которых состоит занятие, варьируются педагогом.

Занятия длительностью 10-20 минут проводятся 2-3 раза в неделю. Каждое из занятий повторяется по 4-5 раз, чтобы дети запомнили слова потешек и песенок, правила игр.

Работа по каждому из разделов дополняется задачами, связанными с профилактикой и торможением отрицательных эмоций. Их решение достигается как в процессе индивидуальных, так и групповых занятий с детьми как психологом, так и воспитателем.

Таким образом, нами описана программа развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

2.3 Анализ экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста

В экспериментальной работе приняли участие 20 родителей, 20 детей дошкольной образовательной организации.

Первой методикой исследования адаптации ребенка младшего дошкольного возраста стала анкета для родителей, результаты анкетирования родителей представлены в рисунке 1.

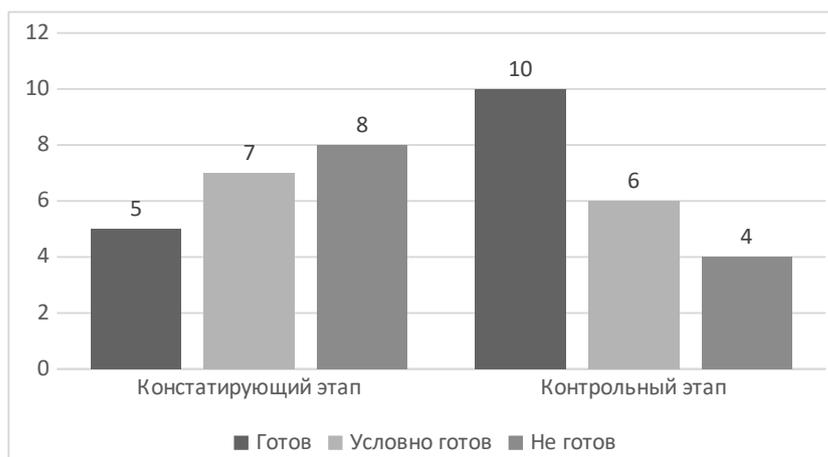


Рисунок 1 – Сравнительный анализ анкетирования родителей

Данные полученные нами в ходе анкетирования родителей позволяют сделать вывод о том, что родители оценили эффективность проведенной нами работы и стали замечать положительную динамику развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Исходя из применения методики для определения степени адаптации ребенка в ДОО Печора К.Л. на констатирующем этапе эксперимента, мы получили количественные результаты, представленные в диаграмме (рисунок 2).

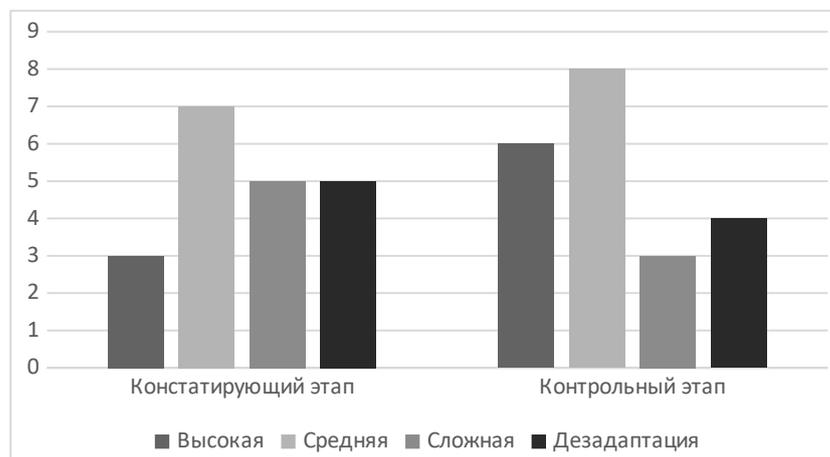


Рисунок 2 – Сравнительный анализ степени адаптации ребенка в ДОО по методике Печора К.Л.

Исходя из данных диаграммы можно отметить, что на констатирующем этапе исследования в группе всего два ребенка с высоким уровнем адаптации к условиям ДОО. Это выражается очень хорошим аппетите, спокойном сне, в активном участии детей во взаимодействии со взрослыми и сверстниками. Так же нами были выявлены 4 ребенка со средней степенью адаптации, данные дети достаточно сдержаны во взаимодействии, весьма беспокойно спят и т.д.

Ярко выражена подгруппа детей со сложной степенью адаптации, в количестве 9 человек. Дети этой категории отличались сложным засыпанием, долгим пребыванием за обеденным столом, нестабильным эмоциональным состоянием, частым плачем и другими признаками.

Дети с выраженной дезадаптацией проявляли себя исключительно отчужденными, иногда проявляли агрессию по отношению к другим детям. Почти все время пребывали в подавленном настроении.

Данные контрольного этапа экспериментальной работы показывают положительную динамику в формировании адаптационного интеллекта. Но также следует отметить, что количество детей с дезадаптацией недостаточно снизилось в связи с частой заболеваемостью детей.

По итогам применения третьей методики «Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» А.С. Роньжиной нами также была составлена диаграмма.

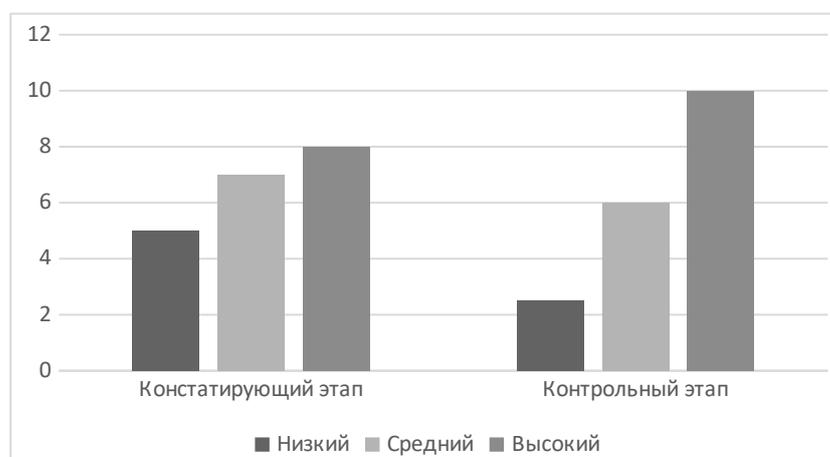


Рисунок 3 – Сравнительный анализ уровня адаптированности ребенка к ДОО по методике А.С. Роньжиной

По результатам данной диагностики на констатирующем этапе исследования высокий уровень адаптированности был выявлен у 2 воспитанников. У детей преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Они активно контактируют со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируются к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

Средний уровень адаптированности был выявлен у 8 воспитанников, принявших участие в диагностическом исследовании. Эмоциональное состояние детей нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляют познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

Низкий уровень адаптированности был выявлен у половины испытуемых. У детей преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее

выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

Данная методика также была использована на контрольном этапе исследования и показала положительную динамику в развитии уровня адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста. Данные показывают, что количество детей с низким уровнем сократилось почти в 2 раза.

Таким образом анализ экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста показал положительную динамику в следствии применения разработанной нами программы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Вывод по второй главе

В ходе экспериментального исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста нами было определено следующее:

1. Подобран комплекс методов и методик исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста, позволяющий определить уровень адаптации детей к условиям ДОО и благодаря этому определить комплекс мероприятий для развития адаптационного потенциала младших дошкольников;

2. Описана программа развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста;

3. Произведен анализ экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе исследования мы рассмотрели вопрос о том, что феномен адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста рассмотрен в трудах зарубежных и отечественных ученых. И представляет собой способность ребенка адаптации к окружающей действительности, социальным нормам и восприятию информации в соответствии с их нормами. Данный феномен раскрывает возможности ребенка в адаптационный период нахождения в условиях дошкольной образовательной организации.

Психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста основывается на знаниях о приобретении таких навыков как: умение играть в простые игры, выполнение под руководством простой творческой работы, способностью ориентироваться в пространстве.

Нами было выявлено, что предупреждение нарушений адаптации детей к пребыванию в ДОО является важным мероприятием по сохранению и укреплению здоровья детей, их социализации и возможно только при совместном участии в этой работе администрации ДОО, медицинского и педагогического персонала, а также родителей. В ходе работы с детьми необходим дифференцированный, индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывающий его интересы и возможности. Раннее детство – период интенсивного психического и физического развития. Опыт, приобретенный ребенком в это время, во многом определяет его будущую взрослую жизнь.

Нами был подобран комплекс методов и методик исследования проблемы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста, позволяющий определить уровень адаптации детей

к условиям ДОО и благодаря этому определить комплекс мероприятий для развития адаптационного потенциала младших дошкольников. Описана программа развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

Произведенный нами анализ экспериментальной работы по проблеме развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста показал положительную динамику в следствии применения разработанной нами программы развития адаптационного потенциала детей младшего дошкольного возраста.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный Закон от 13.01.96 №12-ФЗ) "Об образовании" (статьи 53, 54, 55, 56);
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. No 1155).
3. Айсина Р., Дедкова В., Хачатурова Е. : Социализация и адаптация детей раннего возраста // Ребенок в детском саду. 2003. No 5. С. 49 - 53., с. 49.
4. Арнаутова Е. П. : Практика взаимодействия семьи и детского сада : учеб. пособие. М.: Владос, 2008. С.59-68, с. 69.
5. Арнаутова Е.П. : Планируем работу ДОО с семьей // Управление ДОО. - 2002. - №3. - С. 31-35.
6. Балл Г.А. : Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. - 1989. - №1. - С.57-64.
7. Балл Г.А. : Понятие адаптации и его значение для психологии личности. / Вопросы психологии. - № 1, - 2000. – С.56-59.
8. Баркан А.И. : Практическая психология для родителей, или как научиться понимать своего ребенка / А.И. Баркан. - М.: АСТ-ПРЕСС, 2007. – 417 с. – ISBN 5-9555-0432-X
9. Безрукова В.С. : Педагогика. Проективная педагогика : [Учеб. для индустр.-пед. техникумов и учеб. пособие для инженер.-пед. специальностей] / В. С. Безрукова. - Екатеринбург : Деловая кн., 1996. – ISBN 5-88687-015-6 (В пер.) : Б. ц.
10. Белкина В.Н. : Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО / В.Н. Белкина, Л.В. Белкина. – Воронеж: Учитель, 2006. – 236 с.

11. Белкина В.Н. : Дошкольник: обучение и развитие. Воспитателям и родителям / В.Н. Белкина, Н.Н. Васильева, Н.В. Елкина и др. – Ярославль: Академия, 2001. – 255 с. – ISBN 5-9285-0222-2
12. Березин Ф.Б. : Психологическая и психофизическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. 260 с.
13. Божович Л.Н. : Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Проспект, 2002. - 414 с. – ISBN 5-87977-023-0 : Б. ц
14. Буре Р.Н. : Социальное развитие ребенка / Под ред. О.Л. Зверевой. - М.: Просвещение, 1994. - 226 с. – ISBN 5-8914-292-4
15. Тонкова-Ямпольская Р.В. : Внешняя среда и психическое развитие ребенка / Под ред. Р.В. Тонковой-Ямпольской. - М.: Педагогика, 2004. - 232 с. – ISBN 5-8112-2100-2
16. Волков Б. С. : Возрастная психология. От рождения до поступления в школу. М.: Владос, 2017. 368 с., с. 68. – ISBN 978-5-691-01437-6
17. Выготский Л.С. : Педагогическая психология: научное издание М.: Педагогика-Пресс, 1999. 536 с., с. 224. – ISBN 5-699-03524-9
18. Григорьева Г.Г. : Педагогика раннего возраста /Г.Г. Григорьева, Н.П. Кочетова, Д.В. Сергеева. – М: Просвещение, 1998. – 342 с.
19. Данилина Т.А. : Социальное партнерство педагогов, детей и родителей /Т.А. Данилина, Н.М. Степанина. – М.: Айрис-Пресс, 2014. – 112 с.
20. Данилина Т.А., Степина Н.М. : Социальное партнерство педагогов, детей и родителей. / Пособие для практических работников ДОО. - М.: Айрис-Пресс, 2004. - 112 с.
21. Доронова Т.Н., Соловьева Е.В. : Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. / Т.Н. Доронова, Е.В. Соловьева и др. – М.: Линка-Пресс, 2001. – 224 с.

22. Евстратова Е.А. : Новые формы по взаимодействию дошкольного образовательного учреждения и семьи. Сборник: Воспитание детей раннего возраста в условиях детского сада. - СПб., 2003. - 276с.
23. Жердева Е.В. : Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня) /Е.В. Жердева //Феникс. – 2012. – 192 с.
24. Зверева О.Л., Ганичева А.И. : Семейная педагогика и домашнее воспитание. - М.: Академия, 2000. - 408 с. – ISBN 978-5-4263-0708-7
25. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. : Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. - М.: Речь, 2017. - 310 с. – ISBN 978-5-9268-1348-4 (В пер.)
26. Ильина, И. С. : Адаптация ребенка к детскому саду. Общение, речь, эмоциональное развитие / И.С. Ильина. - М.: Академия развития, 2008. - 144 с
27. Каяшева, О. И. : Библиотерапия и сказкотерапия в психологической практике / О.И. Каяшева. - М.: Бахрах-М, 2015. - 304 с.
28. Кирюхина Н.В. : Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОО: практич. пособие М.: Айрис-Пресс, 2006. 112 с., с. 112 – ISBN 5-8112-2100-2.
29. Козлова С.А. : Дошкольная педагогика / С.А. Козлова, А. Куликова. Издание. 2. изд., перераб. и доп. – ISBN 5-7695-0188-X.
30. Костина В. : Новые подходы к адаптации детей раннего возраста / Дошкольное воспитание. – 2006. – №1 – С.34-37.
31. Куликова Т. А. Козлова. : Дошкольная педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2007. 416 с., с. 55. – ISBN 5-7695-0188-X.
32. Леонтьев Д. А. : Личностное в личности: личностный потенциал как основа // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова / под ред. Б. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. Вып. 1. С. 56–65.

33. Лукашенко Д.В. : Взаимодействие личности с социальной средой через адаптивные модели // Alma mater (Вестник высшей школы). — 2014. — № 1. — С. 42–48.
34. Маклаков А. Г. : Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22, № 1. С. 16–24.
35. Маклаков А.Г. : адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. Психологический журнал. 2001. Т.22, №1 С.16-24
36. Морозова О.П. : Хрестоматия по педагогике: учеб. пособие для студ. пед. вузов. М.: Барнаул, 1999. - 198 с, с. 10.
37. Муссен П. : Развитие личности ребенка /П. Муссен //Речь. – 2007. – 156с.
38. Немов Р.С. : Р.С. Немов. - М. : ВЛАДОС : ИМПЭ им. А.С. Грибоедова, 2003 (ГУП Смол. полигр. комб.). - 526, [1] с. : табл.; 22 см. - (Учебник для вузов). – ISBN 5-691-00268-6 (в пер
39. Обухова Л.Ф. : Детская психология: теории, факты, проблемы /Л.Ф.Обухова //М. – 2005. – 286 с.
40. Печора К.Л. : : Пособие для воспитателей дошкол. учреждений / К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева. - М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - 171 с. – ISBN 5-691-00911-7
41. Постановление от 28 сентября 2020 г. N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
42. Реан А.А. : Психология адаптации личности. СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. 479 с. – ISBN 5-94222-010-7
43. Смирнова Е.О. : Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения /Е.О. Смирнова, М.В. Быкова. – М.: Вопросы психологии, 2007. - No 3.

44. Смирнова Е.О. : Психология ребенка. от рождения до семи лет. Учебник для педагогических вузов и училищ. Рекомендовано Министерством образования РФ. Москва ШКОЛА-ПРЕСС 1997. 4. ББК 88.8 С50. Рецензенты ... Психология ребенка: Учебник для педагогических училищ и вузов. — М.: Школа-Пресс, 1997. — 384 с.; ил. — ISBN 5-88527-173-9.
45. Соколовская Н.В. : Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. - М.: Учитель, 2017. - 537 с.
46. Соловьева Е. : Адаптация ребенка к условиям детского сада /Е. Соловьева //Дошкольное воспитание. – 1993. - No 8.
47. Столяренко Л.Д. : Психология /Л.Д. Столяренко //Ростов-на-Дону: Юнити. – 2008. – 382 с. – ISBN 5-94723-277-4
48. Теплюк С. : Улыбка малыша в период адаптации /С. Теплюк //Дошкольное воспитание. – 2006. - No 3-4.
49. Урунтаева Г.А. : Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений /Г.А. Урунтаева //М.: 2001. – 336 с.
50. Ушаков И. Б. : Адаптационный потенциал человека // Вестник Российской академии медицинских наук. 2004. No 3. С. 8–13.
51. Эльконин Д. Б. : Детская психология / Д.Б. Эльконин //Издательский центр Академия. – 2006. – 384 с. – ISBN 978-5-7695-8389-6

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Психолого-педагогические параметры, определения готовности
поступления ребенка в дошкольное учреждение (Печора К.Л.)

№ п/п	Вопросы к родителям ребенка	Параметры	Оценка в баллах
1	Какое из перечисленных настроений преобладает?	Бодрое, уравновешенное Раздражительное, неустойчивое Подавленное	3 2 1
2	Как засыпает Ваш ребенок?	Быстро за 10 минут Медленно	3 1
3	Что Вы делаете чтобы ребенок заснул?	Ничего Укачиваю, лежу рядом и пр.	3 1
4	Какова длительность сна ребенка?	Соответствует возрасту Спит меньше нормы Сон существенно нарушен	3 2 1
5	Какой аппетит у Вашего малыша?	Хороший Неустойчивый, избирательный Плохой	3 2 1
6	Просится ли на горшок?	Просится Нет, но предпочитает быть сухой Нет, ходит мокрый	3 2 1
7	Как относится к высаживанию на горшок?	Положительно Отрицательно	3 1
8	Есть ли отрицательные привычки (сосет палец, раскачивается и пр.?)	Нет Есть (указать какие именно)	3 1
9	Проявляет ли интерес к игрушкам, новым предметам дома и в незнакомой обстановке?	Проявляет всегда Проявляет только в привычной обстановке	3 2
10	Проявляет ли активность, интерес при обучении?	Проявляет Недостаточно Не проявляет	3 2 1

11	Инициативен ли в игре?	Способен сам найти себе дело Играет только с взрослыми Не умеет играть	3 2 1
12	Инициативен ли в отношениях с взрослыми?	Вступает в контакт по своей инициативе Сам не вступает в контакт, но общается при инициативе взрослых Не идет на контакт с взрослыми	3 2 1
13	Инициативен ли в отношениях с детьми?	Вступает в контакт по своей инициативе Сам не вступает в контакт Не умеет общаться с детьми	3 2 1
14	Был ли у Вашего ребенка опыт разлуки с близкими?	Нет Да	1 2
15	Как он перенес разлуку?	Очень тяжело Спокойно	1 3

Печора К.Л. предлагает вычислить средний балл по перечисленным параметрам, по которому даётся прогноз адаптации:

3,0 – 2,6 балла – готов к поступлению в детский сад;

2,5 – 2,1 балла – готов условно;

2,0 – 1,6 балла – не готов.

Лист адаптации Печоры

(К. Л. Печора, Г.В. Пантюхина, 2008; Н.В. Соколовская, 2008)

Фамилия, имя ребёнка

Дата рождения _____ Возраст _____ Дата
 поступления _____

Показатели	Балл	Характеристика	Адаптационные дни						
			1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Аппетит (завтрак, обед, полдник)	+3	Очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием							
	+2	Нормальный аппетит, ест до насыщения							
	+1	Аппетит выборочный							
	-1	Отвергает некоторые блюда, капризничает							
	-2	Ест долго, неохотно							
	-3	Отвращение к еде							
Сон: засыпание, длительность	+3	Сон спокойный, засыпает быстро							
	+2	Сон спокойный							
	+1	Засыпает не скоро, спит недолго, но спокойно							
	-1	Засыпает с хныканьем, тревожен во сне							
	-2	Засыпает с плачем, беспокоен во сне							
	-3	Отсутствие сна, плач							
Социальные контакты ребенка	+3	Охотно играет с детьми							
	+2	Сдержан, просится на руки; неохотно играет с детьми							
	+1	Безразличен к играм, отстранен, замкнут							
	-1	Невесел, с детьми не контактирует							
	-2	Проявляет тревогу, бросает начатые игры							
	-3	Недружелюбен, агрессивен, мешает детям играть							
Эмоциональ ное состояние	+3	Весел, жизнерадостен, подвижен, активен							
	+2	Улыбается, настроение хорошее, спокоен							
	+1	Иногда задумчив, замкнут							
	-1	Легкая плаксивость, хныкает							
	-2	Плачет «за компанию», плач приступообразный							
	-3	Сильный плач, подавленное настроение							

«Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению» методика А.С.Роньжиной

Ф.И. ребенка			Наблюдение за ребенком													
Общий эмоциональный фон поведения			Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми			Реакция на изменение привычной ситуации				
			Активен	Активен при поддержке	Пассивен/ реакция	Инициативен	Принимает инициативу	Уход от взаимоотношений. Реакция протеста	Инициативен	Вступает в контакт при	Пассивен	Принятие	Тревожность	Неприятие		
Баллы	Положительный	Неустойчивый	Отрицательный													

Обработка диагностики уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению

Баллы, набранные ребенком, суммируются. Данная сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями и делается заключение об уровне адаптированности детей.

2,6 – 3 балла – высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

1,6 – 2,5 баллов – средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1 – 1,5 баллов – низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо отсутствует активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

Особенности процесса адаптации ребенка раннего возраста к условиям ДОО

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребёнка из семьи в дошкольное учреждение.

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: лёгкую; среднюю; тяжёлую.

При лёгкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1 – 2 недели. Острых заболеваний не возникает. У ребёнка преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние; он активно контактирует со взрослыми, детьми. Окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребёнка нестабильно, новый раздражитель способствует отрицательным эмоциональным реакциям. При поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжёлая адаптация приводит к длительным и тяжёлым заболеваниям. У ребёнка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия); активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик); либо отсутствует активность при более или менее

выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряжённость).

Среди причин тяжёлой адаптации к ДОО Лобанова Г.А., Никшене Е.Б., Ткачева Е.Н. называют:

- отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада;
- наличие у ребёнка своеобразных привычек;
- неумение занять себя игрушкой;
- несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков;
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

Рассматривая процесс адаптации, важно обратить внимание на факторы, способствующие успешной адаптации или, напротив, препятствующие ей. Под факторами понимают условия, влияющие на значение показателей адаптации. Так, И.А. Георгиева предлагает следующие внутренние и внешние факторы:

- социально-демографические характеристики участников исследования (пол, возраст, семейное положение, наличие детей и пр.);
- ценностные ориентации личности;
- ряд психологических свойств личности;
- специфические характеристики деятельности и связанные с ними особенности социальной организации коллектива.

Поступление ребенка в дошкольное учреждение является кардинальным изменением его условий жизни, социального окружения, изменение отношений к ребенку. Эти изменения у любого ребенка вызывают стресс и напряжение. Однако одни дети достаточно легко

приспосабливаются к новым условиям, другие испытывают более длительное стрессовое напряжение.

Заводчикова О. Г. выделяет следующие факторы, от которых зависит процесс протекания адаптации ребенка к дошкольному учреждению:

Состояние здоровья детей, уровень физического и нервно-психического развития. У здоровых детей адаптация проходит относительно легко, в то время как у соматически ослабленных детей данный процесс может протекать с осложнениями. Тяжелее всего адаптация к условиям образовательного учреждения проходит у детей слабой группы здоровья: У данных детей наблюдаются частые обострения основного заболевания. Такие дети чаще болеют. Таким образом, состояние здоровья - один из основных факторов, влияющих на длительность и успешность процесса адаптации.

Возраст ребенка. Самый лучший возраст, когда ребенка следует отдавать в садик 3 - 3,5 года. Трехлетние дети отличаются адаптационными возможностями от двух- и четырехлеток. Двухлетка сильно привязан к матери, ему трудно привыкнуть к новой обстановке. Четырехлеткам сложно привыкнуть к саду из-за того, что они привыкли к домашним условиям. Тем не менее, и у трехлеток, и у четырехлеток есть общий положительный момент в адаптации к ДОО, который качественно отличает их от двухлеток. Дети 3-4 лет способны слушать и слышать взрослых.

Сформированность навыков общения. По уровню развития общения детей можно разделить на три группы:

1 группа – это дети, у которых преобладает потребность в общении только с близкими взрослыми, они ожидают от них только внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Такие дети глубоко

переживают расставание с близкими. Опыта общения с посторонними они не имеют, не готовы вступать с ними в контакт. У данных детей в поведении довольно долго сохраняются беспокойство и плаксивость.

2 группа – это дети, у которых сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, не являющимися членами семьи. Такие дети, пока воспитатель рядом спокойны, но детей такой ребенок, как правило, боится и держится от них на расстоянии детям данной группы в период привыкания свойственно неуравновешенное эмоциональное состояние.

3 группа – дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях и общении с взрослыми. Для них характерно спокойное, уравновешенное эмоциональное состояние. Они включаются в предметную самостоятельную деятельность или в сюжетно-ролевую игру, устанавливают положительные взаимоотношения с взрослыми и сверстниками. Играют часто самостоятельно.

При поступлении в детский сад больше трудностей испытывают дети, которых можно условно отнести к 1 группе (потребность в общении только с близкими людьми) Как правило, чем уже круг общения в семье, тем длительнее проходит процесс адаптации. Легче адаптируются дети, условно отнесенные к 3 группе.

Тип нервной системы. Дети, у которых процессы возбуждения и торможения уравновешены, отличаются спокойным поведением, бодрым настроением, общительностью. Они любят как спокойные, так и подвижные игры, положительно воспринимают все режимные моменты, активно в них участвуют. Если содержание общения, возникшего в новых условиях, их удовлетворяет, они привыкают довольно легко и быстро. Дети, отличающиеся легкой возбудимостью, бурно выражают свое отношение к окружающему, быстро переходят от одного состояния к другому. Они любят играть в подвижные игры, но быстро меняют

игрушки, легко отвлекаются, постоянно двигаются по группе, рассматривая то один предмет, то другой. В первые дни у таких детей может возникнуть перевозбуждение нервной системы. В противоположность легковозбудимым есть дети, которые отличаются спокойным, несколько медлительным, даже инертным поведением. Они очень неактивно выражают свои чувства и кажутся внешне благополучно адаптирующимися, однако свойственная им заторможенность может усилиться. Медлительные дети часто отстают от своих сверстников в развитии координации движений, в освоении окружающего, в овладении умениями и навыками. При работе воспитателя с такими детьми важно проявить выдержку и терпение. В первые дни воспитателям не рекомендуется привлекать медлительных детей к общению со сверстниками, так как им требуется длительное время в освоении нового пространства. Нетерпеливый подход воспитателя к ребенку может привести к осложнениям, к затруднениям в адаптации.

Особого внимания требуют дети с ослабленным типом нервной системы. Они очень болезненно переносят перемены в условиях жизни и воспитания. Их эмоциональное состояние нарушается при малейших неприятностях, хотя бурно своих чувств они не выражают. Все новое пугает их и дается с большим трудом. Они не уверены в движениях и действиях с предметами, медленнее, чем другие дети этого же возраста, приобретают необходимые навыки. Таких детей к детскому учреждению следует приучать постепенно, привлекать к этому близких им людей. При этом рекомендуется постоянно поощрять и подбадривать этих детей, помогать им в освоении нового.

Холерики и флегматики сложнее адаптируются к дошкольному учреждению, чем более уравновешенные и в меру медлительные сангвиники. Холерики, особенно мальчики, нелегко переносят недостаток

активности и движения, но труднее всего приходится медлительным детям: они не успевают за общим темпом еды, сна, одевания.

Лобанова Г.А., Никшене Е.Б., Ткачева Е.Н. предлагают ряд рекомендаций для педагогов (см. Приложение 1) и памятки для родителей, разработанные авторами (см. Приложение 2).

Таким образом, важной задачей ДОО является организация специалистами адаптационного периода, создание системы занятий, сценариев, призванных облегчить адаптацию детей на первоначальном этапе. Важными целями такой работы являются:

- создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе,
- формирование чувства уверенности в окружающем.

Для успешной адаптации ребенка раннего возраста к условиям дошкольного учреждения необходимо, прежде всего, создать у него положительную установку, положительное впечатление о детском саде, чтобы он ходил туда с желанием. Поэтому в процессе адаптации детей раннего возраста к ДОО важно учитывать и взаимодействие с родителями, сформировать систему успешного вовлечения родителей в адаптационный процесс ребенка.

КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

Деловое сотрудничество

Если общение ребенка с мамой основано только на ласках и поцелуях, оторвать его от себя крайне сложно. Малыш должен привыкать к деловому сотрудничеству со взрослыми, то есть учиться делать что-то вместе с папой, с мамой, с бабушкой. Например, если вы собираете пирамидку, то одно колечко наливает взрослый, а другое – ребенок, если загружаете машинку кубиками, то отвезти груз в другую комнату поручите малышу.

Познание сверстников

Вашему сыну или дочке необходимо усвоить, что маленькие дети, которые играют во дворе не куклы, а живые существа, поэтому их нельзя толкать, хватать за волосы, царапать. Зато с ними можно бегать наперегонки, интересно играть, меняться игрушками. Старайтесь, чтобы вокруг вашего ребенка были другие маленькие дети, приглашайте их в дом, во время прогулки затевайте с ними увлекательные игры. Учите ребенка делиться своими игрушками, получать радость когда не только берешь, но и даешь. Перед приходом в ясли полезно познакомить его с кем-нибудь из его будущей ясельной группы.

Умение играть

Малыш, который умеет только бросать и перекидывать игрушки с места на место, наверняка будет скучать в детском саду. Игрушки должны быть наполнены для него смыслом. Куклу можно кормить, укладывать спать, одевать. В игрушечную машинку можно погрузить солдатиков и доставить их в другое место. Взрослый должен несколько раз проделать все это вместе с ребенком, причем с полной серьезностью, показывая всю важность этого занятия. Малыш быстро усвоит навыки обращения с игрушками, и тогда в яслях он всегда найдет себе интересное дело.

Знакомство с новыми людьми

Старайтесь, чтобы в вашем доме появлялись новые для малыша люди. Он должен научиться не бояться и стремиться познакомиться с ними и подружиться. В конце концов ребенок поймет, что от посторонних не исходит никакой опасности. Попробуйте изредка оставлять малыша на 2-3 часа с другими родственниками, подругой, пусть привыкает расставаться с мамой без слез и переключаться на других людей.



Адаптация детей в детском саду.

Адаптация - это привыкание организма к новой обстановке и новым условиям жизни. Для ребенка детский сад и есть такая обстановка с неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Во время адаптации ребенок ни болен, ни здоров. Он находится в третьем состоянии, в состоянии постоянного нервно-психического напряжения. Постоянно находиться на грани стресса долго нельзя. Поэтому в скором времени ребенок или, в самом деле, заболит, или снова станет сам собой.

По наблюдениям психологов средний срок адаптации детей в норме составляет:

- до 3 лет – 7-10 дней,
- в 3-5 лет – 2-3 недели,
- после 5 лет – 1 месяц.

Адаптационный процесс может иметь разную степень тяжести:

Тяжелая степень адаптации - дети реагируют на перемену обстановки нервным срывом, частыми затяжными простудными и другими заболеваниями, потерей ранее полученных знаний и навыков. Это наиболее неблагоприятный вариант.

Поведение ребенка: Контакт с ребёнком удаётся установить с трудом (часто только через родителей). Ребенок переходит от одной игрушки к другой, 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.

Средняя степень адаптации - дети без нервных расстройств - они в детском саду "всего лишь" начинают часто болеть. Еще бы, происходит "обмен" всевозможными инфекциями. У таких детей начинаются ОРЗ и

прочие неприятности. Причем, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

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).

Легкая адаптация - почти половина детей составляет самую благополучную группу - они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Любые изменения кратковременны и незначительны, поэтому ребенок болеет редко.

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, настроение бодрое или спокойное, мимика 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.

Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в детский сад.

Ребенок, адаптирующийся к коллективу, проявляет ряд особенностей поведения и различные эмоции. Психологи выделяют следующие:

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

Проявления отрицательных эмоций различны: от еле уловимых до депрессии. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. 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 нескольку раз в день.

Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного рева. 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 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. Нет ребенка, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую

угрозу для своего существования. Ребенок боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, боится новых воспитателей, а главное, того, что родители забудут о нем, не придут за ним вечером, чтобы забрать домой.

Гнев: Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент малыш, 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 нет 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 увлечен новизной. Чем легче адаптируется ребенок, тем раньше проявляются положительные эмоции. Улыбка и веселый смех - это главные показатели завершения адаптационного периода.

Социальные контакты. Уже в три года 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 этому приходит "компромиссная контактность", означающая то, что ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу контакта с взрослыми людьми.

Но эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не направлена на улучшение общения 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 ему было дома, когда он проводил все дни один.

Как только ребенок 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 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. Ребенок словно находится в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако, как только он проснется, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет совсем.

Социальные навыки. От стресса 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 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 вдруг вспоминает забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивает новые.

Особенности речи. У некоторых детей на фоне стресса меняется и речь, в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на

несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, в разговоре употребляя младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. И предложения становятся односложными, как "телеграфный стиль". Такая речь - итог тяжелой адаптации. При легкой степени – речь или 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 она сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо активен. Главное 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 такой сон с трудом можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Лишь когда ребенок адаптируется к саду, он сможет спать спокойно.

Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест с "волчьим" аппетитом, пытаясь удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или повышенного аппетита, как правило, сигнализирует о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного выше эмоционального портрета. На фоне стресса ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не только

восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться.

Конечно, каждый ребенок реагирует и привыкает к детскому саду по-разному, однако, есть и общие закономерности.

Психологи указывают: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми, становятся возбудимыми, ранимыми, плаксивыми. Стресс истощает защитные силы организма и как результат такие дети часто болеют.

В 3 года малыш впервые ощущает себя как личность и хочет, чтобы это видели другие. Ребенок может «надорваться» если к психической нагрузке кризиса трех лет, добавляется еще и груз адаптации к детсаду.

Мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери. Чем больше развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее проходит адаптация.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери

Всегда нелегко привыкают к детскому саду единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Хуже остальных чувствуют себя в дошкольных учреждениях дети с флегматическим темпераментом. Они не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть. А если воспитатель не понимает проблем такого ребенка, то начинает его еще больше подстегивать, при этом эмоциональный стресс действует

таким образом, что ребенок еще больше затормаживается, становится еще более вялым, безучастным.

Холерики, особенно мальчики, тяжело переносят недостаток активности и движения в детском саду, к тому же воспитатели делают им бесчисленные замечания.

Осложняющими факторами адаптации будут повышенная тревожность мамы, конфликты в семье и необщительность родителей. Дети произвольно усваивают негативные черты поведения родителей, что осложняет их отношения со сверстниками.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Надо учитывать темперамент малыша, его состояние здоровья и другие факторы. Некоторые дети в первые дни проявляют нешуточную агрессию: царапаются, кусаются, бросаются на пол, с яростью швыряют предлагаемые игрушки. А другие наоборот замыкаются в себе и, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживают рыдания; сидят, уткнувшись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Так что родители должны быть готовы ко всему.

Воспитатели создают благоприятную атмосферу в группе.

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

Формирует у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно “одомашнить” группу.

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие комнатки, в которых дети будут чувствовать себя комфортно.

Хорошо, если в группе будет небольшой “домик”, где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть.

Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

В группе необходим и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание малыша на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе “семейный” альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть родных и уже не так тосковать вдали от дома.

Воспитатели понимают, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Основная задача игр в этот период — формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. В период адаптации воспитатели используют простейшие подвижные игры как можно чаще. Благодаря им, дети увлекаются и забывают о своих переживаниях. Также помогают различные музыкальные игры и игрушки. Музыка успокаивает детей, вносит радость. Чтобы ребенок не уставал, его своевременно переключают на более спокойные игровые действия, привлекая его внимание игрушками-забавами (каталки, волчки, заводные игрушки). Большой эмоциональный

подъем вызывает у детей использование в работе игр-шуток, игр эмоционально-тактильного характера.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении. Для разнообразных и увлекательных игр используются небьющиеся сосуды разной конфигурации и объема, ложки, сита, воронки, формочки, резиновые трубочки. Дети могут купать в воде резиновых кукол, набирать в резиновые игрушки воду и выталкивать ее струей, пускать по воде кораблики и т. д.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действие, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Центр изобразительного творчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решить эту проблему в любое время, как только у малыша возникнет потребность выразить себя. Особое удовольствие доставляет детям рисование фломастерами-маркерами, оставляющими толстые линии, на прикрепленном к стене листе бумаги.

Воспитатель учитывает типологические особенности нервной системы ребенка в период адаптации к детскому саду. Понимает, что, строгая требовательность у детей неуверенных, малообщительных вызывает слезы, нежелание находиться в детском саду, резкий тон обращения вызывает у легковозбудимых детей излишнее возбуждение, непослушание.

Работу воспитателя существенно облегчает знание привычек ребенка. Ведь если малыш не умеет сам есть, то в детском саду отказывается от еды или ждет, чтобы его накормили. Если не знает, как мыть руки в новой обстановке, — плачет; не знает, где взять игрушку, —

плачет; не привык спать без укачивания — плачет; привык, чтобы ему завязывали шарф спереди, а в садике ему завязали сзади, — плачет и т. д.

При адаптации обязательно присутствие основных педагогов на группе, либо заменяющих их длительное время (не менее 1 месяца). Родители должны обращаться к сотрудникам детского сада по имени и отчеству.

В виду возрастных особенностей детей I младшей группы, учебные занятия и праздничные утренники (Новый год, 8-е марта и пр.) не являются открытыми мероприятиями для родителей.

Воспитатели просвещают и консультируют родителей.

Родителей воспитанников сразу включать в жизнь дошкольного учреждения, принимать участие в конкурсах, выставках и других мероприятиях.

Адаптация может считаться законченной, если:

у ребенка стабильное положительное эмоциональное состояние в течение недели, он активно играет, взаимодействует со сверстниками и взрослыми, соблюдает режим дня, хорошо кушает и спокойно спит;

у него отсутствуют заболевания;

есть динамика психомоторного развития.

Успех адаптационных мероприятий зависит от взаимных усилий родителей и сотрудников детского сада.

Таблица 2 – Примерное перспективное планирование занятий по профилактике дезадаптации детей

№	Тема занятия	Цель занятия	Материалы
1	«Божья коровка»	<ul style="list-style-type: none"> – создание положительного эмоционального настроения в группе; – развитие умения действовать соответственно правилам игры; – развитие координации движений, общей и мелкой моторики, ориентации в собственном теле; – развитие зрительного восприятия (цвета, формы, размера предметов); – развитие внимания, речи и воображения. 	игрушечная божья коровка, большие и маленькие машинки, матрешки, куклы, кубики и т.п.
2	«Листопад»	<ul style="list-style-type: none"> – создание атмосферы эмоциональной безопасности; – снятие эмоционального и мышечного напряжения; – снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; – развитие умения двигаться в одном ритме с другими детьми, подстраиваться под их темп; – развитие слухового внимания, произвольности, быстроты реакций; – развитие речи, воображения, творческих способностей. 	большой зонт; магнитофон, кассета с записью шума дождя, аудиозапись медленной спокойной музыки; два кленовых листа (для каждого ребенка)
3	«Мячик»	<ul style="list-style-type: none"> – сплочение группы, развитие умения взаимодействовать со сверстниками; – повышение эмоционального тонуса; – развитие чувства ритма, координации движений; – развитие ориентации в пространстве; – обучение отражению в речи своего местонахождения, местонахождения других детей, предметов; – развитие зрительного и тактильного восприятия, речи и воображения. 	большой мяч; матерчатый мешочек, маленький пластмассовый мяч и пластмассовый кубик (соразмерные по величине)

Продолжение Таблицы 2

4	«Прогулка в осенний лес»	<ul style="list-style-type: none"> – сплочение группы, развитие эмпатии; – развитие слухового внимания, произвольности, способности быстро реагировать на инструкцию; – снижение излишней двигательной активности; обучение различению цветов, соотнесению предметов по цвету; – развитие пространственных представлений, умения отображать в речи с помощью предлогов (на, под, в, за и др.) местонахождение вещей; – развитие общей моторики; – развитие памяти, речи и воображения. 	картина или фотография «Осенний лес»; игрушечный ежик; игрушки (куклы бибабо): лиса, волк, медведь; красный, желтый и зеленый кленовые листья (для каждого ребенка); красная, желтая и зеленая корзинки
5	«Веселый Петрушка»	<ul style="list-style-type: none"> – развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с правилами игры, с ритмом стиха; – закрепление знаний детей о принадлежности к полу (девочка – мальчик); – закрепление пространственных представлений («верх», «низ»); – развитие общей и мелкой моторики; – развитие восприятия, речи и воображения. 	игрушка (кукла бибабо) «Петрушка»; игрушечный паровозик, с привязанной к нему длинной лентой; бельевая прищепка синего цвета (для каждого мальчика); бельевая прищепка желтого цвета (для каждой девочки); обруч, с привязанными к нему лентами желтого и синего цвета; мягкая игрушка или кукла (для каждого ребенка)
6	«Мячики»	<ul style="list-style-type: none"> – развитие коммуникативных навыков (учить устанавливать контакт; друг с другом, действовать согласованно, подстраиваться к темпу движений партнера); – снятие эмоционального и мышечного напряжения; – развитие умения согласовывать свои действия с ритмом и текстом стиха. развитие ориентации в собственном теле; – развитие общей и мелкой моторики; 	большой красный мяч и маленький синий мячик; мячи среднего размера (для каждой пары детей); магнитофон, аудиозаписи спокойной музыки и ритмичной плавной мелодии

Продолжение Таблицы 2

		– развитие зрительного восприятия, речи и воображения.	
7	«Зайка»	создание положительного эмоционального настроения в группе; развитие умения подражать движениям взрослого; развитие координации движений, общей и мелкой моторики; развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; снижение излишней двигательной активности, импульсивности; развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	мягкие игрушки: заяц и лиса; магнитофон, аудиозаписи веселой плясовой музыки; матерчатый мешочек с набором пластиковых овощей
8	«Мыльные пузыри»	– создание положительного эмоционального настроения в группе; – развитие умения подражать движениям взрослого; – развитие координации движений, общей и мелкой моторики; – развитие умений подчиняться правилам игры, отработка быстроты реакции; – снижение излишней двигательной активности, импульсивности; – развитие тактильного восприятия, внимания, речи и воображения.	набор для выдувания мыльных пузырей; магнитофон, кассета с записью плавной мелодии; мячи; мячи для подскоков (хоппы)
9	«Мишка»	– сплочение группы, развитие эмпатии; – снятие эмоционального и мышечного напряжения, тревожности; – развитие умения согласовывать свои действия с действиями других детей, с ритмом стиха, с правилами игры; – развитие координации движений, общей и мелкой моторики; – развитие внимания, речи и воображения.	игрушечный медвежонок; магнитофон, кассета с записью пения птиц
10	«Непослушные мышата»	– преодоление упрямства, негативизма в период кризиса трех лет; формирование положительной самооценки;	игрушечная мышка; розовый и черный косметические карандаши; большие игрушечные часы;

Продолжение Таблицы 2

		<ul style="list-style-type: none"> – развитие умения подчиняться правилам игры, действовать в соответствии с ролью, преодолевать двигательный автоматизм; – развитие слухового внимания, быстроты реакции; – развитие общей и мелкой моторики; – развитие чувства юмора, речи и воображения. 	магнитофон, кассета с записью плясовой музыки.
11	«Колобок»	<ul style="list-style-type: none"> – сплочение группы, развитие эмпатии, обучение детей навыкам сотрудничества; – снятие страхов перед сказочными героями; – развитие общей и мелкой моторики, координации движений; – развитие восприятия (вкусового, тактильного, зрительного, обонятельного); – развитие пространственных представлений; – развитие внимания, речи и воображения. 	куклы бибабо (персонажи сказки «Приключения Колобка»); матерчатый мешочек; фрукт и овощ; пластилиновый шарик (для каждого ребенка); дидактический набор «Мисочки»; деревянные игрушки: грибок, шарик, кубик (соразмерные по величине)
12	«Котята»	<ul style="list-style-type: none"> – формирование положительной самооценки; – развитие стремления сопереживать, помогать, поддерживать друг друга; – снятие мышечного напряжения; – развитие умения выражать эмоции (страх, грусть и радость); – развитие слухового восприятия, умения воспроизводить услышанные звуки; – развитие моторики, координации движений, ориентации в собственном теле; – развитие пространственных представлений; – развитие внимания, речи и воображения. 	магнитофон, кассета «Голоса животных и птиц»; желтые, красные, синие, зеленые бабочки размером с детскую ладошку (по количеству детей); игрушки или предметные картинки желтого, красного, синего и зеленого цвета