



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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**

## **Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольной образовательной организации**

*выпускная квалификационная работа*  
*по направлению 44.03.01 Педагогическое образование*  
*Направленность программы бакалавриата*  
*«Дошкольное образование»*

Проверка на объем заимствований:  
\_\_\_\_\_ % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
« » \_\_\_\_\_ 2017г.  
зав. кафедрой ПиПД  
\_\_\_\_\_ Емельянова И.Е.

Выполнил (а):  
Студент (ка) группы ЗФ-402/096-4-1  
Галимова Ирина Юрьевна  
  
Научный руководитель:  
к. псих. н., доцент кафедры ПиПД  
Батенова Юлия Валерьевна

**Челябинск**  
**2017**

## Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО	6
1.1. Состояние проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО в психолого-педагогической литературе	6
1.2. Особенности поведения детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДОО	10
1.3. Педагогические условия адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО	15
Выводы по первой главе	22
Глава 2. Опыт - экспериментальная работа по организации адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО	24
2.1. Описание базы и этапов исследования	24
2.2. Исследование особенностей адаптации в условиях реализации программы	27
2.3. Анализ результатов опытно - экспериментальной работы и их интерпретация	49
Выводы по второй главе	51
Заключение	53
Список литературы	55
Приложения	60

## Введение

Актуальность темы исследования. В последние годы наметилась тенденция к увеличению числа детей, поступающих в дошкольное учреждение в раннем возрасте. Общеизвестно, что для многих родителей проблема адаптации ребенка к дошкольному учреждению стоит достаточно остро, многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов. От того как пройдет привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям зависит его физическое и психическое развитие, а также дальнейшее благополучие, развитие в дошкольном учреждении и семье.

В раннем возрасте происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Изменение условий среды и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка значительных усилий, вызывают ряд психологических и педагогических проблем, как самого ребенка, так и окружающих его взрослых. Своевременно начатое и правильно осуществляемое воспитание детей раннего возраста, является важным условием их полноценного развития.

Большой вклад в изучение проблем адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ сделан в отечественной литературе. В последние годы все более активно вопросы социальной адаптации рассматриваются в психолого-педагогических работах Ш.А. Амонашвили, Г.Ф. Кумарина, А.В. Мудрик, Н.Д. Ватутиной, где рассматриваются особенности психологической адаптации детей раннего возраста к детскому саду, а также факторы психологического благополучия ребёнка и основные закономерности его психического развития в дошкольном возрасте. Данная проблема до сих пор остаётся актуальной, что и определило тему

дипломной работы.

Цель исследования: теоретически разработать и проверить эффективность психолого-педагогических условий сопровождения в адаптационный период.

Объект исследования: процесс адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия программы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО.

В основу исследования положена гипотеза, о том, что адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО будет успешная если реализуются следующие психолого-педагогические условия:

- 1) цикл бесед с родителями будущих воспитанников дошкольного учреждения;
- 2) учитывать психические и физические особенности ребёнка, с учетом эмоционального настроения и состояния его здоровья;
- 3) обеспечить комфортную развивающую среду пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.

В соответствии с целью и гипотезой были определены задачи исследования:

- 1) изучить психолого-педагогическую литературу по теме исследования;
- 2) выявить уровень адаптированности детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения;
- 3) разработать и применить программу по адаптации детей к ДОО.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы использовался комплекс методов, адекватных объекту и предмету исследования: общетеоретический (анализ психолого-педагогической, методической, справочно-энциклопедической литературы и нормативных документов по проблеме исследования адаптации детей раннего дошкольного возраста к условиям ДОО); эмпирический (изучение, анализ, обобщение опыта, беседы, наблюдение, анкетирование); количественный и

качественный анализ результатов исследования.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют:

- исследования по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО А.И. Жукова, Н.И. Добрейцер, Р.В. Тонкова-Ямпольская, Н.Д. Ватутина и др.;
- исследования о взаимодействии детского сада и семьи (Е.П. Арнаутова, Т.А. Данилина, О.Л. Зверева, Т.В. Кротова, Т.А. Куликова и др.);
- исследования в области диагностики детей раннего возраста (Н.М. Аксарина, К.Д. Губерт, Г.В. Пантюхина, К.Л. Печора).

База исследования: опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МАДОУ ДС № 18 г. Челябинска.

Исследование проводилось в три этапа:

Первый этап – констатирующий (сентябрь-октябрь 2016) – формулировались основные положения адаптации детей раннего дошкольного возраста, изучалась педагогическая и методическая литература по проблеме, были теоретически обоснованы педагогические условия адаптации детей раннего дошкольного возраста, изучено исходное состояние сформулированности адаптации у детей раннего дошкольного возраста.

Второй этап – формирующий (ноябрь-декабрь 2016) – была организована работа по реализации педагогических условий адаптации детей раннего дошкольного возраста.

Третий этап – контрольный (январь-февраль 2016) – было организовано повторное изучение адаптации детей раннего дошкольного возраста, формировались выводы.

Практическая значимость исследования заключается в разработке методических рекомендаций для родителей и воспитателей по адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО, в разработке перспективного плана работы воспитателей с детьми с разным уровнем адаптации

Структура дипломной работы: дипломная работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

## Глава 1. Теоретические основы проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО

### 1.1 Состояние проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО в психолого-педагогической литературе

Адаптация (позднелат. *Adaptatio*) - прилаживание, приспособление, от лат. *adapto* - приспособляю) - процесс приспособления, строения и функций организмов, и их органов к условиям среды [6, 27].

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды) [9, 56]. Адаптация - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном. При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения. 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, частые болезни, психическая регрессия и т.д.

Основоположником учения о стрессе, является канадский ученый Ганс Селье. 4 июля 1936 г. в английском журнале «Nature» было опубликовано его письмо в редакцию «Синдром, вызываемый различными повреждающими агентами», в котором приводились данные о стандартных реакциях организма на действие различных болезнетворных агентов. Это сообщение положило начало учению о стрессе, хотя в отдельных, более ранних, научных трудах упоминание о проблеме стресса, с психологической точки зрения, находим в работах В. Вундта, У. Джемса [3, 216]. Кеннон еще в 1914г. предвосхитил взгляды Селье на проблему психофизиологической стрессовой реакции, описав один из специфических аспектов стрессовой реакции - нейроэндокринный процесс. Он исследовал феномен, который назвал реакцией «битвы-бегства». Центральным органом, участвующим в этой реакции, является мозговой слой надпочечников. Реакция «битвы-бегства» рассматривается им как мобилизация организма, подготавливающая мышцы к действию в ответ на воспринимаемую угрозу. Этот механизм дает возможность индивиду либо бороться с угрозой, либо бежать от нее.

Основное внимание Г. Селье и его последователи уделяли биологическим и физиологическим аспектам проблемы стресса. Традиционным стало понимание стресса как физиологической реакции организма, в частности, реакции эндокринных желез, контролируемых гипофизом, на действие различных отрицательных факторов. В функциональном и морфологическом отношении стресс выражается общим адаптационным синдромом, имеющим определенные и хорошо известные стадии:

- 1) стадия тревоги, продолжающаяся от нескольких часов до двух суток и включающая фазы шока и протившока (на последней происходит мобилизация защитных реакций организма);
- 2) стадия сопротивляемости, характеризующаяся повышением устойчивости организма к различным воздействиям;

3) стадия либо стабилизации состояния (выздоровления), либо истощения.

По видам адаптацию подразделяют на сенсорную (приспособительные изменения органов чувств, соответствующие действующему раздражителю), социальную (процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, а также результат этого процесса, т.е. способность изменить свое поведение в зависимости от новых социальных условий) и психологическую.

Успешность последней определяется оптимальным соотношением сторон, составляющих активную деятельность индивида; преобразования («приспособления») себя и преобразования среды («приспособления к себе»), т.е. правильным пониманием того, как, насколько и ко всему ли возможно и необходимо приспособляться [5, 99]. В психосоциальном аспекте часто указывают на важность согласования с реальностью самооценки, уровня притязаний и возможностей субъекта.

Милославова Н.А. [10, 143] полагает, что «процесс социальной адаптации может выступать не только как объективный механизм приспособления, приурочения к социальной среде (пассивное приспособление кого-либо к чему-либо), но и как механизм субъективной деятельности, направленный на приспособление индивида к тем или иным нормам, стандартам, меркам (активное приспособление кем-либо кого-либо)». На активную природу механизма социальной адаптации указывает и А.А. Реан, анализируя типы адаптационного процесса. Подчеркивая активность так называемого «пассивного» типа, он пишет: «...здесь речь идет об активном приспособлении личности, об активном самоизменении, самокоррекции в соответствии с требованиями среды. Просто пассивного принятия ценностных ориентации среды без активного самоизменения быть не может, если речь действительно идет о процессе адаптации». И далее резюмирует: «В связи со сказанным, критерием различения типов адаптационного процесса мы предлагаем считать не «активность – пассивность», а вектор активности, его направленность.

Направленности вектора «наружу» соответствует один тип адаптации. Он характеризуется активным влиянием личности на среду, ее освоение и приспособление к себе. Направленности вектора активности «внутри» соответствует другой тип адаптационного процесса. Он связан с активным изменением личности себя, с коррекцией собственных социальных установок и привычных инструментальных поведенческих стереотипов. Это тип активного само изменения и активного само приспособления к среде» [14, 75].

Определение понятия адаптации, сформулированное на основе теоретических и экспериментальных изысканий Т.В. Середой [17, 32], которое объединяет на содержательном уровне оба исследуемых феномена (стресс и адаптацию): «Адаптация - это диалектический, системный процесс активного приспособления биосистемы к неадекватным условиям среды ценой дополнительных энергетических затрат, результатом которого является возможность биосистемы оптимально функционировать».

Адаптация по А.А. Ершову [7, 159] понимается как единство стресса (общего адаптационного синдрома), памяти и доминанты. Адаптация и преобразование как виды активности человека взаимообусловлены. Адаптация подчиняется законам не только сохранения равновесия, но и развития, экономии сил.

Для преобразовательной, творческой деятельности человека необходимы такая регуляция и саморегуляция, которые позволяют ему оптимально приспособиться, усвоить диктуемые условия среды, формы, нормы, ценности поведения, поиска, активности, чтобы достичь свободы действия. Максимально активная личность оптимально приспособлена к среде. Цель адаптации - достичь оптимума эффективности деятельности, обеспечить развитие организма, человека и, как минимум, сохранить их жизнеспособность, функционирование в своей целостности. Всякая адаптация временна, имеет пределы. Так, биологические пределы

адаптации организма заключены в генах, психофизиологическая адаптация к среде обусловлена возможностями темперамента, социальная адаптация осуществляется в рамках объективно складывающихся норм, ценностей, отношений, целей и убеждений [7, 159].

Социально-психологическая адаптация заключается во взаимном приспособлении личностей, групп путем усвоения ролей, норм, способов, форм взаимодействия в определенных условиях. Так, человек сначала «входит» в группу, приспосабливается к ней, разделяя убеждения и представления его членов, а затем воздействует на них, изменяя их взгляды [15, 150].

## 1.2. Особенности поведения детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДОО

Поведение – это определённый сложившийся образ взаимодействия живого существа с окружающей средой. Поведение определяется способностью человека и других животных изменять свои действия под влиянием внутренних и внешних факторов.

Не все дети при поступлении в группу плачут. Многие приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, самостоятельно находят занятие. Другие делают это с меньшей уверенностью, но тоже не проявляют особого беспокойства. Они внимательно наблюдают за воспитательницей, выполняют предложенные ею действия. И те, и другие дети спокойно прощаются с родными, которые приводят их в дошкольное учреждение, и идут в группу. Например, ребенок, расставаясь с мамой, заглядывая ей в глаза, спрашивает: «Ты меня любишь?» Получив ответ, идет в группу. Он подходит к воспитательнице, заглядывает ей в глаза, но задать вопрос не решается.

Воспитатель ласково поглаживает его по голове, улыбается, проявляет внимание, тогда ребенок чувствует себя счастливым. Он неотступно следует за воспитателем, подражает его действиям. Поведение ребенка показывает, что он испытывает потребность в общении со взрослыми, в получении от него ласки, внимания. И эта потребность удовлетворяется воспитателем, в котором ребенок находит доброго близкого человека.

Некоторые дети, быстро освоившись в новой обстановке группы, умеют сами занять себя. Они не ходят постоянно за воспитателем, но при необходимости спокойно и уверенно обращаются к нему. Лишь в первые дни в их поведении заметна некоторая растерянность, беспокойство.

Если ребенок, которого впервые привели в дошкольное учреждение, никак не хочет оставаться в группе без мамы, то воспитатель предлагает маме остаться с ребенком в группе. Чувствуя, что мама не собирается уходить, ребенок начинает обращать внимание на окружающее. После длительного наблюдения, играет с игрушками, рассматривает красивых кукол, и, наконец, решает сам взять одну из них. В близком человеке он видит опору, защиту от неизвестного и в то же время возможность с его помощью познакомиться с окружающим.

Как видно, дети, поступающие в дошкольное учреждение, ведут себя неодинаково. Особенности их поведения в значительной мере определяются теми потребностями, которые сложились к моменту прихода в группу. Можно выделить примерно три группы детей по присущим им различиям в поведении и потребности в общении (в соответствии с этим далее будут определяться группы адаптации) [5, 21-22].

Первая группа – это дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Вторая группа – это дети, у которых уже сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, в совместных с ними действиях и получении от них сведений об окружающем. Третья группа – это дети,

испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях. Если до поступления в детский сад ребенок постоянно находился с мамой или с бабушкой, то утром, когда его приводят в дошкольное учреждение, с трудом расстается с родными. Затем весь день ожидает их прихода, плачет, отказывается от любых предложений воспитателя, не хочет играть с детьми. Он не садится за стол, протестует против еды, против укладывания спать, и так повторяется изо дня в день.

Плач при уходе близкого человека, возгласы типа: «хочу домой!», «где моя мама?», отрицательное отношение к персоналу, к детям группы, к предложениям поиграть – и бурная радость при возвращении мамы являются ярким показателем того, что у ребенка не развита потребность общения с посторонними. При поступлении в дошкольное учреждение плачут в основном дети, которых можно условно отнести к первой группе (потребность в общении только с близкими людьми).

Они глубоко переживают расставание с близкими, т.к. опыта общения с посторонними не имеют, не готовы вступать с ними в контакт. Как правило, чем уже круг общения в семье, тем длительнее происходит адаптирование ребенка в дошкольном учреждении.

Дети, условно отнесенные ко второй группе, до поступления в дошкольное учреждение приобрели опыт общения со взрослыми, не являющимися членами семьи. Это опыт общения с дальними родственниками, с соседями. Придя в группу, они постоянно наблюдают за воспитателем, подражают его действиям, задают вопросы. Пока воспитатель рядом, ребенок спокоен, но детей он боится и держится от них на расстоянии. Такие дети, в случае невнимания к ним со стороны воспитателя могут оказаться в растерянности, у них появляются слезы и воспоминания о близких. У детей третьей группы четко выявляется потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослыми.

В практике нередки случаи, когда ребенок в первые дни приходит в группу спокойно, самостоятельно выбирает игрушки и начинает с ними играть. Но, получив, например, за это замечание от воспитателя, он резко и в отрицательную сторону меняет свое поведение.

Следовательно, когда содержание общения воспитателя с ребенком удовлетворяет потребностям в нем, это общение формируется успешно, ребенок безболезненно привыкает к условиям жизни в дошкольном учреждении. Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям, имеющемуся у него опыту.

Воспитателю необходимо знать, что содержание потребности детей в общении в процессе привыкания к дошкольному учреждению качественно изменяется. Дети, условно относимые к первой группе, могут при благоприятных условиях быстро достичь уровня общения, характерного для детей второй и даже третьей группы и т.д.

В процессе привыкания ребенка к условиям детского сада происходит расширение содержания и навыков общения. Изменение содержания потребности в общении в период привыкания протекает примерно в рамках трех этапов:

I этап – потребность в общении с близкими взрослыми как потребность в получении от них ласки, внимания и сведений об окружающем;

II этап – потребность в общении со взрослыми как потребность в сотрудничестве и получении новых сведений об окружающем;

III этап – потребность в общении со взрослыми на познавательные темы и в активных самостоятельных действиях.

Дети первой группы практически должны пройти все три этапа. Их потребность на первом этапе в ласке, внимании, просьбе взять на руки и т.д. трудно удовлетворить в условиях группы. Поэтому адаптация таких детей проходит длительно, с осложнениями (от 20 дней до 2-3 месяцев).

Задача воспитателя – создать максимум условий для того, чтобы подвести ребенка ко второму этапу привыкания.

С переходом на второй этап для ребенка более характерной станет потребность в сотрудничестве со взрослым и получении от него сведений об окружающем. Длительность этого этапа также зависит от того, насколько полно и своевременно будет удовлетворена эта потребность.

Третий этап привыкания для детей первой группы характеризуется тем, что общение принимает инициативный характер. Ребенок постоянно обращается к взрослому, самостоятельно выбирает игрушки и играет с ними. На этом период адаптации ребенка к условиям общественного воспитания заканчивается.

Дети второй группы проходят два этапа в процессе привыкания (от 7 до 10–20 дней). А для детей третьей группы, с первых дней испытывающих потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослым на познавательные темы, конечный этап является первым, и поэтому они привыкают быстрее других (от 2-3 до 7-10).

Если не будет соответствующим образом организованного общения и игровая деятельность вновь поступившего ребенка, привыкание его не только задержится, но и осложнится. Вот почему воспитателю необходимо знать характерные особенности детей, этапы их привыкания. От того, насколько правильно воспитатель определит потребность, обуславливающую поведение ребенка, создаст необходимые условия, способствующие удовлетворению потребности, будет зависеть характер и продолжительность адаптации ребенка. Если воспитатель не принимает во внимание, какие потребности определяют поведение ребенка, педагогические воздействия его будут бессистемными, случайными по характеру. К сожалению, воспитатель иногда не придает значения организации общения, поэтому часто оно протекает стихийно. Воспитатели учат ребенка играть, учиться, трудиться и очень редко учат его общаться.

Как отмечалось, деятельность общения имеет свое содержание и этапы развития. Однако в процессе привыкания определяющее значение имеет не возраст, а развитие форм общения. Так, дети первой группы, независимо от возраста, на первом этапе привыкания непременно нуждаются в непосредственно-эмоциональном общении, и только на втором этапе привыкания – в ситуативно-действенном. Поэтому воспитателем должны быть выбраны и соответствующие средства общения: улыбка, ласка, внимание, жест, мимика и т.д. – на первом этапе. Показ действия, упражнение в нем, совместные действия с ребенком, поручение и т.п. – на втором этапе [4, 26]

Расширение содержания общения тесно связано с развитием предметно-игровой деятельности у детей. В процессе сотрудничества со взрослым ребенок овладевает сначала отдельными действиями с предметами, а в дальнейшем, при многократном упражнении в них под руководством взрослого, формируется самостоятельная предметная деятельность. Таким образом, воспитатель должен учитывать уровень сформированности предметно-игровых действий детей, как и их готовность к общению в действии со взрослыми и с детьми в группе.

Итак, необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания детей к детскому учреждению является продуманная система педагогических воздействий, в которых главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая потребностям, которые определяют его поведение.

### 1.3. Педагогические условия адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО

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 ДОУ являются:

- 1) тщательный подбор педагогов в формирующихся группах;
- 2) предварительное ознакомление родителей с условиями работы ДОУ;
- 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 [13, 45].

Решение проблемы адаптации ребенка к детскому саду строится в нескольких направлениях. Работа с родителями. Условно ее можно разделить на несколько этапов.

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.

В дальнейшей работе, консультации с педагогами группы, носят практический характер. На них, специалисты знакомят воспитателей с индивидуальными особенностями детей и родителей 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».

Работа с детьми. В это же время 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 [23, 45; 47].

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.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действие, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со 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.

Релаксационные игры. 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, жестам, 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.

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.

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 [15, 52].

Таким образом, 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.

Адаптация - приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается

изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Адаптация – это процесс, результаты которого могут быть как позитивными, так и негативными. Психологи и педагоги установили, что для успешной адаптации необходимы: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

Чтобы малышу было комфортно, уютно в дошкольном учреждении, необходим комплексный подход к решению проблемы адаптации, необходима целенаправленная организация жизни младшего дошкольника в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению ребенка к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

### Выводы по первой главе

Таким образом, большинство авторов рассматривают адаптацию как приспособление организма к новой обстановке, которая включает широкий спектр индивидуальных реакций, зависящих от психологических и личностных особенностей ребенка, конкретного характера семейных отношений и воспитания, условий пребывания в дошкольном учреждении.

Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

- от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
- от наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
- от состояния здоровья;
- от резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении;

-от разницы в методах воспитания.

Безусловно, в проведении любого процесса главная роль принадлежит воспитателю. Создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми и детьми, он обеспечивает решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряет и облегчает протекание адаптационного процесса.

## Глава 2. Опытнo - экспериментальная работа по организации адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО

### 2.1 Описание базы и этапов исследования

Экспериментальная работа по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения проводилась в три этапа:

1 этап - констатирующий эксперимент.

Первоначальная диагностика (в период поступления ребенка в дошкольное образовательное учреждение).

2 этап – формирующий эксперимент.

Профилактическая и коррекционная работа педагога с детьми и родителями.

Психопрофилактическая и коррекционно-развивающая работа была направлена на снятие проблем, возникающих в начальном периоде адаптации детей к условиям образовательного учреждения.

3 этап - контрольный эксперимент.

Проведение контрольной диагностики через месяц посещения ребенком дошкольного учреждения. Сравнение результатов наблюдений за детьми в начале адаптационного периода (первая неделя) и через месяц посещения детьми детского сада.

Исследование проводилась на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 18 города Челябинска.

В эксперименте принимали участие дети первой младшей группы в возрасте от двух лет до двух лет шести месяцев. Количество испытуемых

детей – 10 человек. Малыши в течение сентября 2016 г. поступали в дошкольное учреждение.

Цель констатирующего эксперимента – изучить состояние изучаемой проблемы в период поступления ребенка в дошкольное образовательное учреждение.

В соответствии с целью на этапе констатирующего эксперимента были поставлены следующие задачи:

1. Изучить состояние детей в семье.
2. Выявить состояние детей в период адаптации к условиям детского сада.
3. Проанализировать психоэмоциональное состояние детей.

Для решения поставленных задач были использованы разнообразные методы исследования: анкетирование родителей, карта наблюдений, составление индивидуальных графиков.

При выявлении состояния детей в период адаптации к условиям детского сада ориентировались на такие психолого-педагогические параметры, как поведение (настроение, продолжительность сна, аппетит, отношение к высаживанию на горшок, навыки опрятности, отрицательные привычки), нервно-психическое развитие и познавательные потребности (см. Приложения 1, 4). При этом заполняли карту наблюдения (см. Приложение 2) и лист адаптации (см. Приложение 3).

Таблица 1

Результаты уровня адаптированности детей к ДОУ

уровни	высокий	средний	низкий
Количество детей (%)	2 (20%)	5 (50%)	3 (30%)

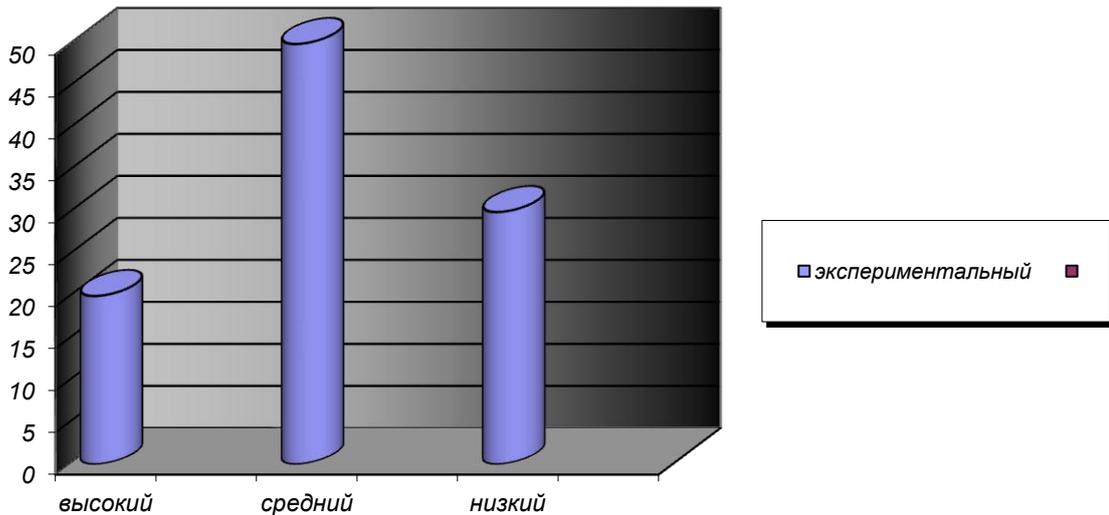


Рисунок 1 - Результаты уровня адаптированности детей к ДОО

Анализ количественных данных приведенных в таблице 1 позволяет соотнести их с содержательной характеристикой и сделать следующие **ВЫВОДЫ:**

- к низкому уровню отнесено 3 ребенка, что составило 30%

У этих детей наблюдались агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик). У одного ребенка отсутствовала активность, инициативность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

- к среднему уровню отнесено 5 детей, это 50%.

Эмоциональное состояние этих детей нестабильно: новый раздражитель влечет возврат к отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при эмоциональной поддержке взрослого дети проявляли познавательную и поведенческую активность, легче адаптировались к новой ситуации.

- к высокому уровню отнесено 2 ребенка, что составило 20%.

У детей преобладало радостное или устойчиво – спокойное эмоциональное состояние. Они активно контактировали со взрослыми, с детьми, окружающими предметами, быстро адаптировались к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

При поступлении детей в детский сад родителям предлагалось заполнить анкету (см. Приложение 5) с целью определения психолого-педагогических параметров определения готовности ребенка к поступлению в дошкольное учреждение.

В ходе констатирующего эксперимента пришли к выводу о недостаточной организации процесса взаимодействия педагогов и семьи в период адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения.

Поэтому необходима коррекционная работа по совершенствованию процесса организации адаптации, разработке необходимой программы мероприятий для детей и родителей.

## 2.2. Исследование особенностей адаптации в условиях реализации программы

Программа исследования. Цель: исследование эффективных форм психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста в период адаптации к дошкольному учреждению.

Задачи исследования: на основе теоретического анализа литературы по проблеме психолого-педагогического сопровождения детей раннего детства, провести эмпирическое исследование, на предмет выявления особенностей адаптации детей раннего возраста.

Подобрать комплекс диагностических методик.

Провести исследование адаптации детей раннего возраста.

Проанализировать и выявить эффективные программы психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста.

Гипотеза: Интенсивность и продолжительность адаптации ребенка раннего возраста зависит от специфики психолого-педагогического воздействия.

Методы исследования.

Метод наблюдения.

Метод опроса родителей.

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

Исследование психофизиологической адаптации детей к условиям дошкольного учреждения.

Метод наблюдения.

Наблюдение в условиях естественной жизнедеятельности направлено на фиксацию фактов. Данный вид наблюдения характеризуется отсутствием контактирования с наблюдаемым ребенком, и диагностирует индивидуальные особенности его функционирования. Исследование производилось воспитателем группы и психологом, с которым дети знакомы в течение года. В итоге мы получили целостную картину происходящего, то есть поведение ребёнка во всей полноте.

Наблюдение за детьми проводилось в процессе их жизнедеятельности в детском саду:

- 1) в привычной для них ситуации занятия (рисования, музыкального, физкультурного, развития речи, конструирования);
- 2) в свободной ненормированной деятельности - спонтанной игре;
- 3) в режимных моментах (умывание, кормление, одевание, прогулка).

Метод опроса родителей.

Также был проведен опрос родителей детей, с целью выявления особенностей взаимодействия их детей со сверстниками.

Текст опросника:

Предпочитает ли ваш ребенок играть со сверстниками, а не с игрушкой?

Замечали ли вы эмоциональные реакции вашего ребенка при взаимодействии со сверстником? (смех, радость, плач, гнев).

Какая реакция прослеживается у ребенка на нового человека? (страх, любопытство, приветливость, агрессия).

Проявляет ли ваш ребенок инициативу для того, чтобы привлечь внимание сверстника?

Как ведет себя ребенок в незнакомом для него месте? (плачет, ведет себя спокойно, ведет себя возбужденно, появляется агрессия?)

Есть ли у вашего ребенка потребность во взаимодействии с другими детьми?

Как ваш ребенок относится к своим сверстникам? (дружелюбно, настороженно, агрессивно)

Как вы думаете, ваш ребенок осознает, что чувствует ребенок, с которым он играет?

Существует ли любимая коллективная игра или игрушка у вашего ребенка в детском саду?

Слушается ли ваш ребенок воспитателя?

Бывает ли так, что ваш ребенок проявляет признаки «жестокости» к другим детям? (дергает, щипает других детей).

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

Таблица 2

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

Вопросы к матери ребенка	Параметры	Оценка в баллах

Какое из перечисленных настроений преобладает?	Бодрое, уравновешенное Раздражительное, неустойчивое Подавленное	3 2 1
Как засыпает Ваш ребенок?	Быстро, до 10 минут Медленно	3 1
Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?	Ничего Укачиваю, лежу рядом и пр .	3 1
Какова длительность сна?	Соответствует возрасту Спит меньше нормы Сон существенно нарушен	3 2 1
Какой аппетит у Вашего ребенка?	Хороший Неустойчивый, избирательный Плохой	3 2 1
Просится ли на горшок?	Просится Нет, но бывает сухой Нет, ходит мокрый	3 2 1
Как относится к высаживанию на горшок?	Положительно Отрицательно	3 1
Есть ли отрицательные привычки (сосет палец, раскачивание)?	Нет Есть (какие именно?)	3 1
Проявляет ли интерес к	Проявляет	3

игрушкам, новым предметам и дома, и в незнакомой обстановке?	Только в привычной обстановке	2
Проявляет ли интерес, активность при обучении?	Проявляет Недостаточно Не проявляет	3 2 1
Инициативен ли в игре?	Способен сам найти себе дело Играет только со взрослыми Не умеет играть	3 2 1
Инициативен ли во взаимоотношениях со взрослыми?	Вступает в контакт по своей инициативе Сам не вступает в контакт, но общается по инициативе взрослого Не идет на контакт со взрослыми	3 2 1
Инициативен ли в отношении с детьми?	Вступает в контакт по своей инициативе Сам не вступает в контакт Не умеет общаться с детьми	3 2 1
Был ли опыт разлуки с близкими?	Нет Да	1 2

Как перенес разлуку?	Очень тяжело	1
	Спокойно	3

Исходя из анализа ответов на вопросы анкеты, можно сделать выводы об уровне готовности ребёнка к поступлению в детское дошкольное учреждение. Максимальный показатель по данной анкете составляет 44 балла и может свидетельствовать об успешной адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения. Минимальное количество баллов – 16. Печора К.Л. предлагает вычислить средний балл по перечисленным параметрам, по которому даётся прогноз адаптации:

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

2,5 – 2 балла – готов условно;

2 – 1,6 балла – не готов.

Исследование психофизиологической адаптации детей к условиям дошкольного учреждения.

Для изучения психофизиологической адаптации детей к условиям детского сада можно использовать методику «Лист адаптации» (журнал «Обруч» № 3, 2000 г). Методика основана на методе экспертных оценок, в качестве экспертов могут выступать воспитатели. Критериями адаптации служили: эмоциональное состояние, социальные контакты, сон, аппетит

Экспертам предлагается оценить поведенческую реакцию в соответствии с представленной шкалой.

#### 1. Эмоциональное состояние

+3. Весел, жизнерадостен, подвижен, активен.

+2. Улыбается, настроение хорошее, спокоен.

+1. Иногда задумчив, замкнут.

–1. Легкая плаксивость.

–2. Плачет за компанию, плач приступообразный.

–3. Сильный профилактический плач, подавленное настроение.

## 2. Социальные контакты ребенка

- +3. Много друзей, 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, даже вовлечен в игру.
- 2. Проявляет тревогу, бросает начатые игры.
- 3. Недружелюбен, агрессивен, мешает детям играть.

## 3. Сон ребенка

- +3. Сон спокоен, глубокий, засыпает быстро.
- +2. Сон спокойный.
- +1. Засыпает нескоро, спит спокойно, но недолго.
- 1. Засыпает с хныканьем, тревожен во сне.
- 2. Засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне.
- 3. Отсутствие сна, плач.

## 4. Аппетит ребенка

- +3. Очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием.
- +2. Нормальный аппетит, ест до насыщения.
- +1. Аппетит выборочный, но насыщенный.
- 1. Отвергает некоторые блюда, капризничает.
- 2. Приходится следить за тем, чтобы ел, ест долго, неохотно.
- 3. Отвращение к еде, кормление мучительно.

Каждый из факторов может оцениваться от +3 до -3, то есть от отличной адаптации до полной дезадаптации. Суммарно по всем четырем факторам можно получить +12 или -12 в интервале чего определяются уровни адаптации. Продолжительность адаптации может ограничиваться одним днем (когда ребенок в первый день социализируется в детском саду) или быть долгой. Уровень, то есть успешность адаптации, выводится из взаимосвязи продолжительности адаптационного периода и поведенческих реакций.

Для обеспечения оптимального течения адаптации важен постепенный переход ребенка из семьи в ДОО и индивидуальный подход со стороны педагогов детского сада. Для создания благоприятных условий был разработан план педагогической деятельности на протяжении всего адаптационного периода (см. Таблица 3). План включает в себя педагогические рекомендации для родителей и воспитателей, работающих с детьми раннего возраста, индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.

Задачи педагогической деятельности следующие:

- 1) расширить представление родителей и педагогов о факторах эмоционального и социального развития детей в период адаптации;
- 2) способствовать организации и проведению профилактических мер в адаптационный период;
- 3) обеспечить поддержку и помощь детям, сложно привыкающим к детскому саду.

Направления работы представлены в таблице 3.

Таблица 3

План педагогической деятельности на протяжении всего  
адаптационного периода

Направления работы		
с детьми	родителями	воспитателями
Поэтапный прием детей в группу. Сопровождение режимных моментов. Наблюдение за ходом адаптации. Проведение адаптационных игр.	Подготовка информационных материалов. Экскурсия по детскому саду. Анкетирование родителей. Консультирование	Мини-лекция по теме «Особенности адаптации детей к условиям в детском саду». Оформление рекомендаций по работе с детьми в

<p>Индивидуальные занятия с детьми с тяжелой адаптацией: сказкотерапия, арт-терапия, игры с водой, игры с тестом, релаксационные и дыхательные техники. Оформление листов адаптации.</p>	<p>(групповое консультирование и практикум по теме адаптация, индивидуальные консультации для родителей детей с тяжелой формой адаптации)</p>	<p>адаптационный период. Индивидуальные консультации воспитателей и педагогов по проблеме адаптации и особенностям психического развития в дошкольном возрасте.</p>
--	---	---

До начала учебного года заместитель заведующего по УВР провела с воспитателями мини-лекцию на тему: «Особенности адаптации детей к условиям ДОО»; с целью ознакомления молодых воспитателей с процессом адаптации и практическое занятие на тему: «Организация игровой деятельности детей в процессе их адаптации к ДОО». В течение адаптационного периода проводились индивидуальные консультации с педагогами по проблеме адаптации детей, ведению необходимой документации.

Ещё до поступления малыша в группу был установлен контакт с семьёй. Все привычки и особенности ребёнка сразу выяснить сложно, но в ознакомительной беседе с родителями узнается, каковы характерные черты его поведения, интересы и склонности.

В процессе общения, родителям предлагается анкета (см. Приложение 5), где они должны ответить на предложенные вопросы о своем ребенке.

Проанализировав данные материалов, делаются выводы об особенностях поведения ребенка, сформированности его навыков, об

интересах и т.п. Это помогает правильно общаться с детьми в адаптационный период, помочь детям легче привыкнуть к новым для них условиям.

Из беседы с родителями выясняется социальное положение семьи. Анализ пакета документов заполняемых при поступлении ребенка в детский сад показал около 40-50% детей успешно пройдут период адаптации.

По результатам проведенного анкетирования родителей определяется семьи воспитанников с повышенной тревожностью. В дальнейшем данные анкетирования позволяют грамотно построить профилактическую и консультативную работу с родителями.

Основная задача - не просто проинформировать родителей об особенностях протекания периода адаптации у их ребенка, но и дать рекомендации, как общаться с ним в этот период.

На основании первичной диагностики составляется заключение, в котором дается предварительная оценка адаптационного периода каждого ребенка. По итогам заключения и по наблюдениям психолога и воспитателей определяется круг детей, нуждающихся в помощи при прохождении адаптации.

Наиболее эффективным, а иногда и единственным методом коррекционной работы с детьми раннего возраста является игровая терапия, проводимая как в индивидуальной, так и в групповой форме.

Для воспитанников нужно создать оптимальную развивающую среду, обеспечивающую максимальный психологический комфорт каждому ребенку, чтобы развивалась его творческая инициатива, сотворчество и сотрудничество всех субъектов образовательного процесса. Нужно оформить группу так, чтобы детей, которые впервые пришли в детский сад, привлекло красивое, яркое, красочное оформление и игрушки. Все компоненты развивающей среды должны быть увязываются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, в нашем детском саду соблюдаются следующие условия:

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе. Для того чтобы сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад, воспитатели создали в группе атмосферу тепла, уюта и благожелательности. Мебель разместили таким образом, чтобы она образовала маленькие «комнатки», в которых дети чувствовали себя комфортно.

Для удовлетворения потребности детей движений в группе создан и спортивный уголок. Уголок оформлен так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Дети раннего возраста любят играть с игрушками, бытовыми предметами. В процессе игры они приобретают новые знания и навыки, познают окружающий мир, учатся общаться.

Наиболее эффективным, а иногда и единственным методом коррекционной работы с детьми раннего возраста является игровая терапия, проводимая как в индивидуальной, так и в групповой форме. Дети раннего возраста любят играть с игрушками, бытовыми предметами. В процессе игры они приобретают новые знания и навыки, познают окружающий мир, учатся общаться. адаптация ребенок детский сад семья

Поэтому акцент в выборе игр для детей раннего возраста мы делаем на сенсорные и моторные игры. Сенсорные игры дают ребенку опыт работы с самыми разнообразными материалами: песком, глиной, бумагой. Они способствуют развитию сенсорной системы: зрения, вкуса, обоняния, слуха, температурной чувствительности.

Все органы, данные нам природой, должны работать, а для этого им необходима "пища". Сенсомоторный уровень является базовым для дальнейшего развития высших психических функций: восприятия, памяти, внимания, мышления, речи.

Сенсомоторное развитие возможно лишь при взаимодействии ребенка со взрослым, который обучает его видеть, ощущать, слушать и слышать, т.е. воспринимать окружающий предметный мир. Не меньше удовольствия детям раннего возраста приносит рисование. Оно нравится всем без исключения малышам. Может быть, именно поэтому, пока родители не догадаются купить ребенку краски, первые живописные этюды ему приходится выполнять подручными средствами - манной кашей на кухне или мыльной пеной в ванной. Можно научить ребенка рисовать мокрыми ладошками или папиным кремом для бритья, который наносится на ладони.

При проведении занятий учитывается специфика работы с маленькими детьми: ребенок раннего возраста не способен самостоятельно заявить о своих проблемах, поэтому они часто проявляются косвенно, через отставание в развитии, капризность, агрессивность и т.д. Это обуславливает необходимость активности со стороны самого психолога по выявлению психологических проблем у детей, в том числе и в период адаптации.

Отсутствие у детей раннего возраста рефлексии, с одной стороны, облегчает, а с другой - усложняет диагностическую работу и постановку общей проблемы ребенка. Коррекционная работа, связанная с переживаниями ребенка, осуществляется по принципу "здесь и теперь" с акцентом на немедленном закреплении тех позитивных процессов, которые проявляются в ходе коррекционного процесса.

Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге помог 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. 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 организовываются на улице. В осенне-зимнее время уголок песка и воды был организован 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. По мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, труднее нормализуется сон (от 2 недель до 2-3 месяцев).

Проблемы со сном вызваны не только внутренним напряжением, но и окружающей обстановкой, отличной от домашней. Ребенок чувствует себя неуютно в большой комнате. Такая простая вещь, как прикроватная занавеска, помогла решить ряд проблем: создать ощущение психологического комфорта, защищенности, придать спальне более уютный вид, а главное, эта занавеска, которую сшила и повесила мама, становится для него символом и частичкой дома, как и любимая игрушка, с которой он ложится спать.

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.

Кроме традиционных используются новые формы организации сна детей. Что может быть лучше доброй сказки, спокойной тихой музыки, приятной обстановки в спальне на сон грядущий? Они могут снять у малышек напряжение насыщенного разнообразной деятельностью дня, а в период адаптации быстрее включиться в режимные моменты.

Кроме того, с целью снижения тревоги и создания положительной мотивации на режимный момент сна педагоги используют мягкие игрушки, объясняя присутствие данных игрушек в спальне тем, что это «Сонные игрушки», им очень хочется спать, но они не могут уснуть без вашей помощи. Не громко 2-3 минуты звучит спокойная музыка. Дети укладывают игрушку рядом с собой, поглаживая ее, засыпают. Использование таких «Сонных игрушек» позволяет воспитателям улучшить эмоциональный фон сна как режимного момента, снять беспокойство, уменьшить количество трудно засыпающих детей. А когда малыши просыпаются, то и их любимые персонажи проснулись вместе с ними.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому в группе находится семейный альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и уже не так тосковать вдали от дома.

Сотрудники детского сада стараются, чтобы детский сад стал для ребенка местом, где ему уютно, хорошо, весело: для этого создается спокойная обстановка, ведется индивидуальная работа с каждым ребенком, проявляя доверие, любовь и уважение, чтобы каждый ребенок думал: «меня в группе ждут с нетерпением, а значит я - хороший, меня любят».

С поступлением ребенка в детский сад в его жизни происходит множество изменений: режим дня, отсутствие родителей в течение дня, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другие требования к поведению. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким как частые болезни, страхи, капризы и другие.

Работа с родителями, необходимое условие успешной адаптации. В детском саду «Паркландия», оформление ребенка начинается со встречи

родителей с заведующей, заместителем заведующего по УВР, методистом и медсестрой. Им рассказывается о воспитателях и помощнике воспитателей, которые работают в группе, куда пойдет ребенок, проводится экскурсия по детскому саду: показывают, чем он оснащен, какие есть залы, кабинеты. Родителей знакомят с направлениями педагогической деятельности образовательного учреждения, отвечают на вопросы родителей.

Затем проводится для воспитателей консультация, на которой советуют им, когда приходит мама в группу для первого знакомства, выходить ей навстречу, здороваются, обращается по имени отчеству, называть свое имя. Делают акцент на то, что когда приходит мама и малыш, воспитателю необходимо выйди к ним к ним навстречу, улыбнуться, ласково здороваться, присесть так, чтобы ее глаза оказались на одном уровне с глазами ребенка.

Предлагается выбрать шкафчик с понравившейся картинкой и старается его чем-нибудь заинтересовать. По мере надобности оказывается помощь ребенку раздеться: малыш должен понять, что воспитатель, как мама, всегда его защитит и поможет. Воспитатель должен понять, что первые контакты с ребенком это контакты помощи и заботы.

Воспитатель выясняет и обсуждает вопросы, возникшие при знакомстве с анкетой и медицинской картой ребенка. Отдавая ребёнка в детский сад, родители, испытывают тревогу за его судьбу. Чутко улавливая состояние и настроение своих близких, особенно мамы, ребёнок тоже тревожится. Поэтому первая задача - успокоить, прежде всего, взрослых, пригласить их:

- 1) прийти на детский праздник;
- 2) посетить занятия;
- 3) пройти с экскурсией по ДОО;
- 4) посетить «День открытых дверей»;
- 5) знакомят с режимом дня.

Воспитатели дают советы родителям больше времени с ребенком находиться на свежем воздухе, что бы обеспечит продолжительный сон.

Показывает маме группу, игрушки, пособия, которые необходимы для развития ребенка. Рассказывает, что Учреждение работает по инновационной программе "От рождения до школы", что с малышом здесь будут читать, петь играть, лепить... Знакомит с режимом дня в детском саду и старается убедить, что надо придерживаться этого режима и дома в выходные дни. Показывает спальню - где за каждым ребенком закреплена кроватка (предлагает выбрать, куда лучше положить малыша); туалетную комнату - где у каждого ребенка свое полотенце, горшок.

Воспитатель рассказывает родителям, как облегчить период адаптации. Выясняет, какие у ребенка привычки, как его близкие называют дома, с какими игрушками ребенок любит играть, как он засыпает и т.д.

Основным условием хорошего эмоционального состояния ребенка в период адаптации является присутствие мамы. Наблюдая за детьми, мы увидели, что это самый важный фактор для безболезненной адаптации ребенка к детскому саду. Присутствие мамы помогает снять отрицательные эмоции, позволяет ребенку правильно, без искажений воспринимать окружающий мир.

Роль мамы заключается в том, что она должна снять эмоциональное напряжение ребенка, помочь установить эмоциональный контакт с воспитателем, познакомить малыша с окружающим, чтобы он перестал бояться новой обстановки, детей, взрослых. Воспитатель объясняет маме, что она должна вызвать у ребенка положительное отношение к воспитателю, чтобы он почувствовал уважительное отношение к взрослому со стороны близких.

Необходимо параллельное воздействие со стороны воспитателя и мамы для того, чтобы у ребенка не сложилась привычка, всегда находится в группе с мамой. Присутствие матери должно быть направлено на

установление сначала эмоционального контакта ее ребенка с воспитателем, а затем и на установление сотрудничества с ним.

В первые же недели пребывания детей в детском саду необходимо постепенное увеличение длительности нахождения ребенка в группе с 1,5-2 часов до половины дня. Мы советуем родителям в этот период приводить ребенка в детский сад к концу завтрака, уже сытым, или во время прогулки.

При возможности мама уходит на 10-15 минут по своим делам, сказав ребенку, что она придет за ним после прогулки. В течение 2 недели воспитатель все больше участвует в одевании и раздевании ребенка, предлагает ему игрушки, различные игры.

Если ребенок легко адаптируется, выразит желание пообедать или поспать вместе с другими детьми, адаптационный цикл закончится быстрее. В течение 3 недели приучают ребенка кушать в детском саду. И никогда не кормят его насильно. Здесь тоже желательно присутствие мамы, она может приходить к концу прогулки и покормить ребенка в течение 2-3 дней. Затем воспитатель старается помочь покормить малыша также спокойно и ласково, как мама. После обеда мама забирает ребенка домой.

Воспитатели советуют родителям, чтобы в адаптационный период в меню ребенка преобладали овощи, фрукты, витамины. На 4 неделе предлагается ребенку поспать вместе с другими детьми. Многие дети любят спать с любимыми игрушками. Воспитатели советуют принести их из дома в детский сад. Это поможет малышу более уверенно почувствовать себя в коллективе еще не совсем знакомых сверстников. Обязательно надо посидеть около ребенка, погладить его ласково, что-то сказать шепотом или спеть колыбельную песенку.

Формирование у ребенка чувства уверенности. Одна из задач адаптационного периода - помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя

увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т.д. Решению этой задачи, начиная с первого дня пребывания в саду, посвящается все первое полугодие (до января).

Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо:  
знакомство, сближение детей между собой;  
знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми;  
знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты); - знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.);  
знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

Для воспитателей и специалистов ДОО были разработаны правила, которые помогают малышу обрести чувство уверенности.

Правило 1. Первое, и самое важное, правило - добровольность участия в игре. Необходимо добиться того, чтобы ребенок захотел принять участие в предложенной игре. Заставляя, можно вызывать в малыше чувство протеста, негативизма, а в этом случае эффекта от игры ожидать не стоит. Напротив, увидев, как играют другие, увлекшись, ребенок сам включается в игру. Для того чтобы игра действительно увлекала детей и лично затронула каждого из них, необходимо выполнять

Правило 2. Взрослый должен стать непосредственным участником игры. Своими действиями, эмоциональным общением с детьми он вовлекает их в игровую деятельность, делает ее важной и значимой для них. Он становится как бы центром притяжения в игре. Это особенно важно на первых этапах знакомства с новой игрой. В то же время взрослый организует и направляет игру. Таким образом, второе правило заключается в том, что взрослый совмещает две роли - участника и организатора. Причем совмещать эти роли взрослый должен и в дальнейшем.

Правило 3. Многократное повторение игр, которое является необходимым условием развивающего эффекта. Воспитанники по-разному и в разном темпе принимают и усваивают новое. Систематически участвуя в той или иной игре, дети начинают понимать ее содержание, лучше выполнять условия, которые создают игры для освоения и применения нового опыта.

А чтобы при повторении игра не надоела, необходимо выполнять Правило 4. Наглядный материал (определенные игрушки, различные предметы и т.д.) надо беречь, нельзя его превращать в обычный, всегда доступный. Во-первых, так он дольше сохранится, а во-вторых, этот материал долго останется для детей необычным.

Правило 5. Взрослый не должен оценивать действия ребенка: слова типа «Неверно, не так» или «Молодец, правильно» в данном случае не используются. Дайте ребенку возможность проявить, выразить себя, не загоняйте его в свои, даже самые лучшие, рамки. Он по-своему видит мир, у него есть свой взгляд на вещи, помогите ему выразить все это! В каком бы возрасте ребенок не пришел впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить.

В свою очередь, родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

Со дня поступления ребенка в группу воспитатели заполняют листы адаптации, в которых отмечают состояние ребенка и его взаимоотношения со сверстниками, со взрослыми.

По окончании адаптационного периода (когда знаком «+» отмечены 3 дня) лист клеивается в историю развития ребенка и врач делает отметку в листе уточненных диагнозов о характере адаптации.

Эта же отметка фиксируется на карте нервно-психического развития. Знаком «+» отмечается хороший аппетит, спокойный сон, уравновешенное эмоциональное состояние, интерес к окружающему, контакты со взрослыми и сверстниками, хорошее настроение. Знаком «-» отказ от еды, беспокойное засыпание, плохое настроение. Знаком «±» или «±» - переходное состояние, улучшение или ухудшение состояния поведения.

Данные снова фиксируются в индивидуальных картах развития ребенка. По окончании адаптационного периода, адаптационный лист прикладывается к карточке наблюдения за развитием ребёнка.

Ведение адаптационного листа позволяет отследить особенности привыкания ребёнка к условиям детского сада, выявить детей, которые плохо адаптируются к условиям детского сада (часто болеют, с трудом общаются как со сверстниками, так и взрослыми, имеют высокий уровень тревожности, наметить ряд профилактических и если необходимо, коррекционных мероприятий для облегчения адаптационного синдрома.

Адаптация считается благоприятной в следующих случаях:

- 1) если эмоционально-поведенческие реакции были слабо выраженными и нормализовались в течение 30 дней у детей ясельного возраста;
- 2) невротических реакций не наблюдалось или они были слабо выраженными и прошли в течение 1-2 недель без специальной коррекции; потери массы тела не наблюдалось;
- 3) за период адаптации ребенок раннего возраста перенес не более одного простудного заболевания в легкой форме.

Тематический план работы с детьми представлен в таблице 4.

Таблица 4

#### Тематический план занятий

Тема	Цели и задачи	Наименование форм работы, упражнений
1.Давайте	Формировать	-Иди ко мне

познакомимся	чувство доверия к взрослому	-Петрушка в гостях -Танцуем с погремушкой -Мыльные пузыри
2. Мишка в гости к нам пришел	Способствовать сплочению детей в группе	-Покружимся -Прятки с Мишкой -Пропавший малыш -Солнышко и дождик
3. Мы едем-едем-едем	Формировать умение передвигаться друг за другом цепочкой; развивать уверенность в своих силах; развивать зрительное внимание.	-Зайка в гости пришел -Подбери колеса к вагонам -Поезд едет -Игры с мячом -Солнышко и дождик
4. На лесной полянке	Обучать ритмичным движениям, развивать слуховое внимание, уверенность в своих силах	-Поезд едет -Встреча с мишкой -Догонялки -Хоровод
5. Собачка	Развивать наблюдательность, творчество детей, зрительное	-Собачка в гостях у детей -Покорми собачку -Найди матрешек -Хоровод

	восприятие и внимание	
6. Заинька - зайка	Формировать умение делать плавный и длительный выдох, совершенствовать координацию движений рук при зрительном контроле	-Позови -Сороконожка -Поддувалки -Дальше и выше -Мяч в кругу
7. Лошадка	Развивать чувство доверия к взрослому, мелкую моторику рук	-Покатай лошадка нас -Кто в кулачке -Игра кистями рук -Рыбалка -На дворе
8. Кукла Ляля	Обучать ритмичным движениям; повышать двигательную активность; развивать координацию движений.	-Снежинки -Игра с куклой -Украсим Ляле бант -Ладошки -Догонялки
9. Кошка с котятами	Развивать наблюдательность, координацию движений рук и	-Кошка с котенком -Научи котенка -Шаловливый котенок -В кругу

	пальцев	-Рисуем пальчиками
10. Ляля с друзьями	Способствовать сплочению детского коллектива, развивать коммуникативные навыки	-Ляля с друзьями поет песенку -Плясовая -Ладошки -Колыбельная

Данный план реализовывался с сентября по октябрь 2016 года после поступления детей в ДОО. В течение этого времени проводился поэтапный прием детей в группу, с постепенным увеличением времени пребывания ребенка в детском саду. На основе индивидуальной диагностики уровня нервно-психического развития детей воспитатели подбирали индивидуальный режим для каждого ребенка. С детьми, у которых выявлена тяжелая степень адаптации воспитатель и психолог проводили индивидуальные занятия с применением сказко-терапии, арт-терапии, игр с водой, игр с песком, релаксационных и дыхательных упражнений.

Предложенные мероприятия были соотнесены с планом работы дошкольного образовательного учреждения, и органично влились в процесс научно-методической работы ДОО. Работа велась в сотрудничестве со старшим воспитателем, инструктором по гигиене, психологом, воспитателями.

### 2.3. Анализ результатов опытно - экспериментальной работы и их интерпретация

С целью проверки успешности осуществленной работы был проведен контрольный эксперимент. Нас интересовали результаты адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада. Анализ адаптации детей проводился при помощи методик, использованных на этапе констатирующего эксперимента, и представлен в таблице 5.

Таблица 5

Сопоставление констатирующего и контрольного экспериментов (в % отношении)

Группы	Уровни		
	Высокий	Средний	Низкий
Экспериментальная	20	50	30
Констатирующая	40	50	10

Для большей наглядности данные результатов сопоставления констатирующего и контрольного экспериментов представлены в гистограмме (см. рис. 2).

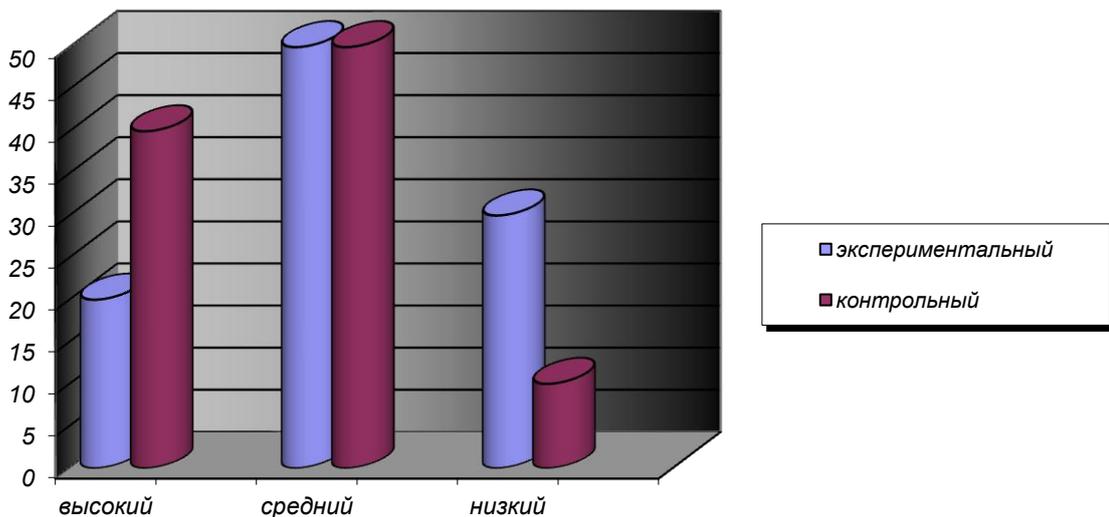


Рисунок 2 - Результаты уровня адаптированности детей к ДОО

Анализ количественных данных, приведенных в таблице 5, рисунке 2

позволят соотнести их с содержательной характеристикой и сделать выводы:

- к низкому уровню через месяц отнесено 10 % детей.

У ребенка остаются агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест);

- к среднему уровню отнесено 50% детей.

Эти дети при эмоциональной поддержке взрослого проявляют познавательную и поведенческую активность.

- к высокому уровню отнесено 40% детей.

У детей в основном преобладает радостное или устойчиво – спокойное эмоциональное состояние. Они активно контактируют со взрослыми, с детьми, окружающими предметами, быстро адаптировались к новым условиям.

Исходя из полученных результатов, заметна существенная разница уровня адаптированности детей к условиям.

Различия в результатах контрольного и констатирующего экспериментов дают основания сделать вывод о том, что разработанные нами мероприятия, направленные на повышение уровня педагогов и родителей по вопросам адаптации детей раннего возраста, проведение соответствующей психопрофилактической и коррекционно-развивающей работы, позволяют успешно осуществлять процесс адаптации детей в ДОО.

В ходе проведения экспериментальной работы нами были выбраны методы исследования: анкетирование родителей, карта наблюдений, составление индивидуальных графиков. Обследование на первом этапе проводилось одновременно в двух направлениях: первое - характеристика родителями состояния своих детей преимущественно в семье (анкеты для родителей); второе - оценка педагогами состояния детей в период адаптации к условиям детского сада.

Разработан и практически применен план психолого-педагогической

деятельности в период адаптации детей к условиям ДОО, который включал методические рекомендации для родителей и воспитателей, работающих с детьми раннего возраста, индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми.

Итоговые результаты экспериментальной проверки показали, что слаженная работа педагогов с детьми и их родителями в период адаптации детей к условиям ДОО способствует более легкому привыканию детей к детскому саду.

### Вывод по второй главе

Адаптация ребенка раннего возраста к условиям детского дошкольного образовательного учреждения предполагает мобилизацию профессиональных сил всего педагогического коллектива. А также, стратегии сотрудничества, партнерства и сотворчества всех специалистов, а не только воспитателей возрастных групп. Руководитель детского дошкольного учреждения заботится о том, чтобы педагоги детсада совершенствовали свои коммуникативные навыки для установления контактов с семьями.

Персонал детского учреждения может способствовать успешной адаптации детей к условиям детсада, имея необходимое методическое оснащение для разработки технологий общения с родителями и проведения на профессиональном уровне необходимых диагностических процедур.

## Заключение

На основе психолого-педагогической литературы в первой части курсовой работы мы дали характеристику понятия «адаптация», рассмотрели факторы, влияющие на ее протекание, психологические особенности детей раннего возраста, формы, способы работы по организации процесса адаптации ребенка к ДОО.

Адаптация к дошкольному учреждению - сложный период, как для детей, так и для взрослых: родителей, педагогов. Для того чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад.

В зависимости от продолжительности адаптационного периода можно выделить разные варианты адаптации ребенка к дошкольному учреждению и разделить детей на три группы: группу легкой адаптации, адаптации средней тяжести, группу тяжелой адаптации.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения необходим комплексный подход к решению проблемы адаптации.

В практической части мы реализовали три этапа исследования: констатирующий, формирующий, контрольный эксперименты.

На первом этапе эксперимента мы выявляли уровень адаптированности детей раннего возраста к условиям ДОО.

На втором этапе проводилась психопрофилактическая и коррекционная работа по решению проблем, возникших в начальном периоде адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения. Был разработан и апробирован план психолого-педагогической деятельности на протяжении всего адаптационного периода. План включал в себя психолого-педагогические рекомендации для родителей и воспитателей, работающих с детьми раннего возраста, индивидуальные и подгрупповые занятия с детьми. Особая роль на данном этапе отводилась работе психолога с детьми.

С целью проверки успешности осуществленной работы был проведен контрольный эксперимент. При проведении контрольного этапа сравнивались результаты в начале адаптационного периода и через месяц посещения детьми детского сада. Различия в результатах контрольного и констатирующего экспериментов дали основания сделать вывод об эффективности использования подобранных нами мероприятий.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аванесова В.Н. Обучение самых маленьких в детском саду /Н.В. Аванесова //Просвещение. – 2007. – 176 с.
2. Айсина Р. Социализация и адаптация детей раннего возраста / Р. Айсина, В. Дедкова, Е. Хачатурова: Ребенок в детском саду, 2003. - № 6. – 461 с.
3. Аксарина М.Н. Воспитание детей раннего возраста. /М.Н. Аксарина //Медицина. – 2007. – 304 с.
4. Алямовская В.Г. Ясли – это серьезно /В.Г. Алямовская //ЛИНКА-ПРЕСС. – 2009. – 250 с.

5. Арнаулова Е.П. Планируем работу ДОУ с семьей /Е.П. Арнаулова //Управление ДОУ. – 2002. - № 4. – 66 с.
6. Баркан А.И. Практическая психология для родителей, или как научиться понимать своего ребенка /А.И. Баркан //АСТ-ПРЕСС. – 2000. – 432 с.
7. Белкина В.Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ/В.Н. Белкина, Л.Н. Белкина. – Воронеж: Учитель, 2006. – 236 с.
8. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте /Л.И. Божович //Питер. – 2009. – 400 с.
9. Буре Р.Н. Социальное развитие ребенка /Р.Н. Буре //Мозайка-Синтез. – 2012. – 80 с.
10. Валлон А. Психическое развитие ребенка /А.Валлон //М. – 2007. – 450с.
11. Варпаховская О. Зеленая дверца: первые шаги в общество /О. Варпаховская //Ребенок в детском саду. – 2015. – 305 с.
12. Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад: Пособие для воспитателей дет. сада /Н.Д. Ватутина //Просвещение. – 1993. – 32 с.
13. Венгер Л.А. Психология /Л. А. Венгер, В.С. Мухина. – М., 2008. – 310с.
14. Волков Б.С. Психология общения в детском возрасте /Б.С. Волков, Н.В. Волкова. – М.: Педобщество, 2007. – 240 с.
15. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии /Л.С. Выготский //СОЮЗ . – 2012. – 224 с.
16. Галигузова Л.Н. Ступени общения: от года до семи лет /Л.Н. Галигузова, Е.О. Смирнова.– М.: Просвещение, 2007. – 286 с.
17. Григорьева Г.Г. Играем с малышами: игры и упражнения для детей раннего возраста /Г.Г. Григорьева, Н.П. Кочетова, Г.В. Губанова. – М.: Просвещение, 2013. – 80 с.
18. Григорьева Г.Г. Педагогика раннего возраста /Г.Г. Григорьева, Н.П. Кочетова, Д.В. Сергеева. – М: Просвещение, 1998. – 342 с.
19. Гуревич К.М. Психологическая диагностика /К.М. Гуревич, Е.М. Борисовой. –М.: УРАО, 2007. – 41 с.
20. Давыдова О.И. Адаптационные группы в ДОУ: Методическое пособие

- /О.И. Давыдова, А.А. Майер. – М.: ТЦ «Сфера», 2006. – 128 с.
21. Данилина Т.А. Социальное партнерство педагогов, детей и родителей /Т.А. Данилина, Н.М. Степанина. – М.: Айрис-Пресс, 2014. – 112 с.
22. Доронова Т.А. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями /Т.А. Доронова //Дошкольное воспитание. – 2014. - №1. – 52 с.
23. Доронова Т.Н. Дошкольное учреждение и семья - единое пространство детского развития /Т.Н. Дороновой [и др.]. – М.: Линка-Пресс, 2001. – 154 с.
24. Евстратова Е.А. Новые формы по взаимодействию дошкольного образовательного учреждения и семьи /Е.А. Евстратова //СПб. – 2013. – 276с.
25. Жердева Е.В. Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня) /Е.В. Жердева //Феникс. – 2012. – 192 с.
26. Заводчикова О. Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошкол. образоват. учреждения и семьи: пособие для воспитателей / О. Г. Заводчикова //Просвещение. – 2013. – 79 с.
27. Зверева О.Л. Семейная педагогика и домашнее воспитание /О.Л. Зверева, А. И. Ганичева. – М.: Академия, 2010. – 408 с.
28. Зубова О.Л. Психолого–педагогическая помощь родителям в подготовке малыша к посещению детского сада /О.Л. Зубова, Е.Г. Арнаутова. – М.: Дошкольное воспитание. – 2014. – № 7. – 667 с.
29. Калинина Р. Ребенок пошел в детский сад... К проблеме адаптации детей к условиям жизни в ДОУ /Р. Калинина //Дошкольное воспитание. – 1998. – 184 с.
30. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ / Н. В. Кирюхина //Айрис-пресс. – 2012. – 122 с.
31. Козлова С.А. Дошкольная педагогика /С.А. Козлова, Т.А. Куликова. – М.: Владос, 2014. – 416 с.

32. Костина В. Новые подходы к адаптации детей раннего возраста / В. Костина //Дошкольное воспитание. – 2006. – 50 с.
33. Крайг Г. Психология развития /Г. Крайг //Питер. – 2010. – 992 с.
34. Крюкова С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь: Тренинговая программа адаптации детей к условиям дошкольного учреждения / С.В. Крюкова, Н.П. Слободняк. – М.: генезис, 2000. – 123с.
35. Куликова Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание /Т.А. Куликова //Академия. – 2010. – 178 с.
36. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении /М.И. Лисина //Питер. – 2007. – 310 с.
37. Луговская А. Ребенок без проблем! /А Луговская, М.М. Кравцова, О.В. Шевнина. – М.: Эксмо,2015. – 352 с.
38. Моница Г.Б. Проблемы маленького ребенка / Г.Б. Моница, Е.К. Лютова. – М.: Речь, 2012. – 238 с.
39. Морозова Е. Группа кратковременного пребывания: мой первый опыт сотрудничества с родителями /Е. Морозова //Дошкольное воспитание. – 2012. – 124 с.
40. Муссен П. Развитие личности ребенка /П. Муссен //Речь. – 2007. – 156с.
41. Немов Р.С. Психология /Р.С. Немов //ВЛАДОС. – 2007. – 608 с.
42. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы /Л.Ф.Обухова //М. – 2005. – 286 с.
43. Печора К.Л. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях /К.Л. Печора, Г.В. Пан. – М.: Речь, 2012. – 321 с.
44. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению / А.С. Роньжина //Книголюб. – 2007. – 72 с.
45. Смирнова Е.О. Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения /Е.О. Смирнова, М.В. Быкова. – М.: Вопросы психологии, 2007. - № 3.
46. Смирнова Е.О. Становление межличностных отношений в раннем

- онтогенезе /Е.О.Смирнова // Вопросы психологии. – 2007. - № 6.
47. Смирнова Е.О. Психология ребенка /Е.О. Смирнова //Школа-Пресс. – 2007. – 410 с.
48. Смирнова Е.О. Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста /Е.О. Смирнова //Мозаика-Синтез. – 2006. – 160 с.
49. Соловьева Е. Адаптация ребенка к условиям детского сада /Е. Соловьева //Дошкольное воспитание. – 1993. - № 8.
50. Стребелева Е.А. Ранняя диагностика умственного развития /Е.А. Стребелева //М.: 2006. – 81 с.
51. Столяренко Л.Д. Психология /Л.Д. Столяренко //Ростов-на-Дону: Юнити. – 2008. – 382 с.
52. Теплюк С. Улыбка малыша в период адаптации /С. Теплюк //Дошкольное воспитание. – 2006. - № 3-4.
53. Тонкова-Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний /Р.В. Тонкова-Ямпольская //М.: 2006. – 320 с.
54. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений /Г.А. Урунтаева //М.: 2001. – 336 с.
55. Эльконин Д. Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин //Издательский центр Академия. – 2006. – 384 с.
56. Чиркова Т.И. Психологическая служба в детском саду /Т.И. Чиркова //ЮНИТИ. – 2007. – 290 с.
57. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155)

## Приложение 1

Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка в ДОУ

Параметры	Дополнительный вопрос к матери ребенка	Оценка в баллах или словесно
1	2	3
<b>1. Поведение</b>		

<b>Настроение</b>	Какое из	
Бодрое, уравновешенное	перечисленных в	3
Раздражительное, неустойчивое	настроений	2
Подавленное	преобладает	1
<b>Засыпание</b>		
Быстрое (до 10 минут)	Как засыпает ваш	3
Медленное	ребенок	2
Спокойное		3
Неспокойное		2
С дополнительными воздействиями	Что делаете, чтобы	2
Без дополнительных воздействиями	ребенок заснул	3
<b>Продолжительность сна</b>	Какова длительность	
Соответствует возрасту	сна	3
Не соответствует возрасту		1
<b>Аппетит</b>	Какой аппетит у	
Хороший	вашего ребенка	4
Избирательный		3
Неустойчивый		2
Плохой		1
<b>Отношение к высаживанию на горшок</b>	Как относится ваш	
Положительное	ребенок к этой	
Отрицательное	процедуре	3
		1
<b>Навыки опрятности</b>		
Просится на горшок		3

Не просится, но бывает сухой		2
Не просится, ходит мокрый		1
<b>Отрицательные привычки</b>	Сосет пустышку,	
Есть (какие?)	палец, раскачивается и	1
Нет	т.д.	3
<b>2. Нервно-психическое развитие</b>		
<b>Возраст 1 г. 6 мес. – 1 г. 9 мес.</b>	Выявляется методом диагностики	Соответствует возрасту – 3 балла. Ниже на один эпикризисный срок – 2 балла. Ниже на 2-3 эпикризисных срока – 1 балл
Понимание речи Движения Игра Навыки гигиены		
<b>Возраст 1 г. 9 мес. – 2 г.</b>		
Понимание речи Активная речь Игра Навыки гигиены		
<b>3. Личность</b>		
Проявление познавательных потребностей (по наблюдениям матери и педагогов)		
<b>В повседневной жизни</b>		
Проявляет познавательные потребности		3
Проявляет недостаточно		2
Не проявляет		1
<b>Интересуется игрушками, предметами – дома и в новой обстановке</b>		
Да		3

Нет		1
Иногда		2
<b>Проявляет интерес к действиям взрослых</b>		
Да		3
Нет		1
Иногда		2
<b>Любит заниматься: внимателен, актуален, усидчив</b>		
Да		3
Нет		1
Не всегда		2
<b>При обучении</b>		
Проявляет интерес, активность		3
Проявляет недостаточно		2
Не проявляет		1
<b>Инициативность в игре</b>		
Проявляет инициативу по всем указанным параметрам: <i>Умеет сам себе найти дело</i>		
Да		3
Нет		1
<i>Есть фаза подготовки игры</i>		
Самостоятельно		3
С помощью взрослого		2
<i>Проявляет элементы воображения</i>		

Да		3
Нет		1
<b>Инициативность во взаимоотношениях со взрослыми</b>		
Вступает в контакт по своей инициативе		3
Сам не вступает в контакт		2
<b>Инициативность во взаимоотношениях с детьми</b>		
Вступает в контакт по своей инициативе		3
Сам не вступает в контакт		2
<b>Результативность деятельности</b>		
Доводит начатое дело до конца		3
Не всегда		2
Не доводит		1
<b>Самостоятельность в игре</b>		
Умеет играть самостоятельно в отсутствие взрослого		3
Не всегда		2
Не играет сам		1
<b>Социальные связи во взрослыми и детьми</b>		
Легко идет на контакт со взрослыми		3

Избирательно		2
Трудно		1
Легко идет на контакт с детьми		3
Избирательно		2
Трудно		1
<b>Наличие опыта совместной деятельности со взрослыми</b>		
Есть		3
Недостаточно		2
Нет		1
<b>Уверенность в себе</b>		
Есть		3
Не всегда		2
Нет		1
<b>Адекватен к оценке своей деятельности взрослыми</b>		
Да		3
Не всегда		2
Нет		1
<b>Опыт разлуки с близкими</b>		
Перенес разлуку сравнительно легко		3
Тяжело		2
<b>Аффективная привязанность к кому-либо из взрослых</b>		
Есть		1
Нет		3

Прогноз адаптации (по среднему числу баллов):

Готов к поступлению в ДОУ - 12 баллов;

Условно готов - 8 баллов;

Не готов - 4 балла.

## Приложение 2

## КАРТА НАБЛЮДЕНИЙ

Фамилия, имя ребенка, возраст

\_\_\_\_\_

Дата заполнения: 1-й части \_\_\_\_\_ 2-й части \_\_\_\_\_

Параметры	Характеристика	1-я часть	2-я часть
1	2	3	4
1. Настроение	бодрое, уравновешенное		
	неустойчивое, раздражительное		
	подавленное		
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 10 мин)		
	неустойчивый		
	беспокойный, не соответствует возрасту		
3. Длительность и характер сна	спокойный, соответствует возрасту		
	неустойчивый		
	беспокойный, не соответствует возрасту		
4. Аппетит	хороший		
	избирательный, неустойчивый		
	Плохой		
5. Навыки	соответствует возрасту		

самообслуживания	не всегда		
	не соответствует возрасту		
6. Инициативность в игре	умеет найти себе дело		
	не всегда		
	Нет		
7. Инициативность во взаимоотношениях со взрослыми	вступает в контакт сам		
	не всегда		
	сам не вступает в контакт		
8. Результативность действий	доводит начатое дело до конца		
	не всегда		
	не доводит		
9. Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно		
	не всегда		
	сам не играет		
10. Идет на контакт с взрослыми	Легко		
	избирательно		
	Трудно		
11. Идет на контакт с детьми	Легко		
	избирательно		
	Трудно		
12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет инициативу		
	отрывается не сразу		
	периодически возвращается, плачет		

Общий балл			
Средний балл			

## Приложение 3

## ЛИСТ АДАПТАЦИИ

Фамилия, имя ребенка

\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Дата поступления \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Адаптационные дни	1-й	2-й	3-й	4-й	8-й	16-й	32-й	64-й	128-й
Настроение									
Аппетит:									
Завтрак									
Обед									
Полдник									
Сон:									
Засыпание									
Длительность									
Активность:									
В игре									
В речи									
Взаимоотношения с детьми									
Взаимоотношения со взрослыми									

*Условные обозначения:* положительно +; неустойчиво +/-; отрицательно -, болел – б; находился дома – д.

## Приложение 4

Определение поведенческой реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации

№	Фактор адаптации	Баллы	Характеристика
1	Эмоциональное состояние	+3	Весел, жизнерадостен, подвижен,
		+2	активен
		+1	Улыбается, настроение хорошее,
		-1	спокоен
		-2	Иногда задумчив, замкнут
		-3	Легкая плаксивость, хныкает
		Плачет за компанию; плач приступообразный Сильный, профилактический плач; подавленное состояние	
2	Социальные контакты	+3	Много друзей, охотно играет с детьми
		+2	Сдержан, просится на руки; неохотно играет с детьми
		+1	Безразличен к играм, отстранен,
		-1	замкнут
		-2	Невесел, с детьми не контактирует,
		-3	даже если вовлечен в игру
		Проявляет тревогу, бросает начатые игры Недружелюбен, агрессивен, мешает детям играть	
3	Сон ребенка	+3	Сон спокойный, глубокий, засыпает
		+2	быстро
		+1	Сон спокойный

		-1 -2 -3	Засыпает не скоро, спит спокойно, но недолго Засыпает с хныканием, тревожен во сне Засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне  Отсутствие сна, плач
4	Аппетит ребенка	+3 +2 +1 -1 -2 -3	Очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием Нормальный аппетит, ест до насыщения Аппетит выборочный, но насыщенный Отвергает некоторые блюда, капризничает Приходится следить за тем, чтобы ел, ест долго, неохотно Отвращение к еде, кормление мучительно

## Приложение 5

## АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Психолого-педагогические параметры определения готовности ребенка к поступлению в дошкольное учреждение»

Уважаемые родители!

Для организации оптимального процесса адаптации вашего ребенка просим вас заполнить следующую анкету.

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. мамы: \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_

Ф.И.О. папы: \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_

Анкету заполнил: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

1. Какое из перечисленных настроений преобладает у ребенка?

- бодрое;
- уравновешенное;
- раздражительное;
- неустойчивое;
- подавленное.

2. Характер сна ребенка:

засыпание:

- быстрое (до 10 мин);
- медленное;

укладывание:

- с дополнительными воздействиями (например, с соской, укачиванием, колыбельной и т.п.);

- без них;

характер сна:

- спокойный;
- беспокойный;

продолжительность дневного сна

### 3. Навыки самостоятельности и опрятности:

- сам просится на горшок;
- не просится, но идет в туалет по просьбе или напоминанию взрослого;

- не просится, ходит мокрый.

### 4. Поведение во время еды:

- ест самостоятельно;
- делает попытки самостоятельного употребления пищи;
- ест только с помощью взрослого.

### 5. Выбор продуктов:

- ребенок ест практически все;
- очень избирателен в еде.

### 6. Вредные привычки:

- отсутствуют;
- есть (указать какие)

### 7. Речевое развитие:

- говорит предложениями;
- говорит отдельные слова;
- не разговаривает.

### 8. Личностное развитие:

в повседневной жизни:

- проявляет познавательные потребности;
- проявляет недостаточно;
- не проявляет;

проявляет интерес к действиям взрослых:

- да;
- нет;
- иногда;

любит заниматься, внимателен, активен, усидчив:

- да;

- нет;
- иногда;

самостоятелен в игре:

- умеет играть самостоятельно в отсутствие взрослого;
- не всегда;
- играет сам.

9. Взаимодействие со взрослыми:

- легко идет на контакт;
- избирательно;
- трудно.

10. Взаимодействие с детьми:

- контактирует активно;
- пассивно;
- не контактирует.

11. Был ли опыт разлуки с близкими людьми (санаторий, больница, учеба родителей и т.д.):

- нет;
- перенес разлуку сравнительно легко;
- перенес разлуку тяжело.

12. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых:

- есть (указать, к кому)
- нет.

## Приложение 6

## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

1. Начать водить ребенка в ясли за месяц до выхода мамы на работу.
2. Первое время приводить ребенка на 2-3 часа.
3. Если ребенок трудно привыкает к детскому саду (1 группа адаптации), то мама может находиться в группе вместе с ребенком, чтобы познакомить ребенка с окружающей его обстановкой и “влюбить” в воспитателя.
4. Сон и еда являются стрессовыми ситуациями для детей, поэтому в первые дни пребывания ребенка в детском саду не оставляйте его на сон и прием пищи.
5. Первые 2-3 недели ребенка рекомендуется приводить и забирать одному и тому же члену семьи.
6. В период адаптации, в связи с нервным напряжением, ребенок ослаблен и в значительной мере подвержен заболеваниям. Поэтому в его рационе должны быть витамины, свежие овощи и фрукты.
7. Тщательно одевать ребенка на прогулку, чтобы он не потел и не замерзал, чтобы одежда не стесняла движений ребенка и соответствовала погоде.
8. Помнить, что период адаптации - сильный стресс для ребенка, поэтому нужно принимать ребенка таким, какой он есть, проявлять больше любви, ласки, внимания.
9. Если у ребенка есть любимая игрушка, пусть он берет ее с собой в детский сад, с ней малышу будет спокойнее.
10. Интересоваться поведением ребенка в детском саду. Советоваться с воспитателем, медиками, психологом, для исключения тех или иных негативных проявлений.
11. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

