

## **Рекомендации по успешной адаптации ребенка в ДОУ**

*«Детство — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, кто вел ребёнка за руку в детские годы. Что вошло в его разум и сердце из окружающего мира - от этого в решающей степени зависит. Каким человеком станет сегодняшний малыш».*

**В.А.Сухомлинский**

Проблема детского сада – хорошо это или плохо, отдавать ребёнка или не отдавать – рано или поздно возникает в каждой семье, Актуальность проблемы почти не зависит от уровня благосостояния семьи и от занятости родителей, каждый из которых имеет свой собственный опыт и своё личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

Оформляя ребёнка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребёнка? Будет ли ему хорошо в детском саду? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение – это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребёнка с незнакомыми людьми. До этого все происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребёнка в детском саду?

Это волнение усугубляется, если ребёнок не хочет расставаться с привычным и близким, отказывается порой идти в группу. Мамы или проникаются ещё большим сочувствием к ребёнку, порой в ущерб интересам воспитателей, или стараясь не реагировать на слезы и просьбы сына, дочери, молча ведут их в детский сад.

### **Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?**

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

Причины могут быть самыми разными: отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского учреждения; наличие отрицательных

Привычек (сосание соски, укачивание при укладывании); неумение занять себя игрушкой; несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др.

Однако главной и основной причиной такого поведения является отсутствие у ребёнка опыта общения со взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был сужен до минимума (мама – ребёнок, бабушка – ребёнок), ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта весьма затруднительно для таких детей. Чем более узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребёнку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяют характер поведения.

Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения со взрослыми и сверстниками, составляют самую благоприятную группу по характеру поведения, и привыкают они к детскому саду сравнительно быстро.

В процессе общения ребёнок познаёт окружающее, узнаёт, как действовать в той или иной обстановке, учится устанавливать взаимоотношения со взрослыми и детьми. А главное, в общении он узнаёт себя, границы своих возможностей. Поэтому чем шире у ребёнка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот. Чем меньше опыт ребёнка, тем ему труднее.

Общение ребёнка связано с игрой, учёбой, трудом, оно воспринимается как само собой разумеющийся процесс. Поэтому взрослые учат ребёнка играть, учиться, трудиться и довольно редко учат умению общаться. Научить ребёнка вступать в общение со взрослыми и детьми – важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение.

Особое значение в период привыкания ребёнка к условиям общественного воспитания имеют и такие факторы, как привычка к режиму, уровень культурно – гигиенических навыков, навыков самообслуживания и т.д. На это следует обращать постоянное внимание в семье.

Очень трудно дается детям перенос сформированных навыков в новую обстановку. В связи с этим при поступлении в детское учреждение наблюдается временная их утрата.

Поэтому необходимо не только упражнять детей в применении сформированных навыков, но и контролировать выполнение бытовых правил в разных ситуациях. Пояснить их значение.

Дети, у которых в соответствии с возрастом сформированы и навыки общения, и культурно-гигиенические навыки. Быстро и безболезненно привыкают к условиям общественного дошкольного воспитания, успешно развиваются умственно и нравственно, растут крепкими и здоровыми.

О развитии ребёнка, поступающего в дошкольное учреждение, можно судить по основным бытовым навыкам.

В 3 года ребёнок:

- ест аккуратно, не облизываясь;
- при умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого;
- самостоятельно одевается (Натягивает носки, шапку; обувь при незначительной помощи взрослого), частично раздевается;
- знает места хранения одежды, обуви, игрушек и посуды;
- пользуется носовым платком (при напоминании);
- контролирует физиологические потребности.

### **Условия успешной адаптации**

Для того, чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее:

1.Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Необходимо сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умений и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребёнок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребёнку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу.

Малыши ещё не владеют речью настолько, чтобы выразить чётко свои чувства и эмоции. Невыраженные эмоции (особенно негативные) накапливаются и в конце концов прорываются слезами, которые со стороны выглядят непонятными, потому что никаких внешних причин для такого проявления эмоций нет.

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

Как показывают наблюдения, 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. Ребёнок чувствует себя неуютно в большой комнате. Такая простая вещь, как прикроватная занавеска, может 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 ребёнком, периодическое пребывание малыша на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

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

2. Работа с родителями, которую желательно начать ещё до поступления ребёнка в детский сад.

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребёнка в семье и в детском саду.

Задача воспитателя – успокоить прежде всего взрослых: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребёнок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

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

3. Правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребёнок – взрослый» и «ребёнок – ребёнок» и обязательно включающей игры и упражнения.

Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребёнок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнёра 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 ребёнок не чувствовал себя обделённым вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбирают с учётом возможностей детей, места проведения.

## Литература:

1. Заводчикова О.Г. адаптация ребёнка в детском саду: взаимодействие ДООУ и семьи: пособие для воспитателей – М.: Просвещение, 2007. – 79 с.
2. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДООУ: практическое пособие – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).