

Как помочь ребенку в период адаптации в ДОО

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям.

Этот период – достаточно сложный в жизни ребенка-дошкольника и может проходить по-разному.

Чтобы малышу было комфортно, уютно в дошкольном учреждении, необходим комплексный подход к решению проблемы адаптации.

Привыкание к новым условиям зависит и от индивидуальных особенностей нервной системы. Одни дети громко плачут, отказываются от еды, игрушек, но только в первые дни посещения детского сада. Проходит время и ребенок успокаивается, возвращается аппетит. Такое протекание адаптации свидетельствует о том, что ребенок нормально привыкает к детскому саду.

Другие дети, внешне спокойные, проявляют внутреннюю напряженность. Они безынициативны, мало говорят, плохо играют. Такое подавленное эмоциональное состояние может длиться долго. Именно на таких тихих и «незаметных» детей должно быть в первую очередь обращено внимание. Для осуществления помощи такому ребенку проводится наблюдение за особенностями эмоциональных проявлений.

На всех этапах ведется активная просветительская работа с родителями по вопросам адаптации.

На начальном этапе собирается информация о ребенке: выясняются индивидуально-личностные привычки, приученность к режиму, питанию, особенности засыпания и сна, игровые навыки, умение вступать в контакт с незнакомыми взрослыми и сверстниками. Родителям предлагается заполнить анкету о ребенке.

Следующими важными задачами воспитателя в адаптационный период являются следующие моменты.

Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе предполагает формирование у ребенка положительной установки, желания идти в детский сад. Для этого необходимо создать атмосферу тепла, уюта в группе.

В период адаптации надо временно сохранить «домашние» приемы воспитания. Дать ребенку в группу, в кроватку любимую игрушку, малыша можно взять на руки, покачать.

Ласковое обращение, тактильный контакт с ребенком позволяет ему чувствовать себя защищенным и помогает быстрее адаптироваться.

Организация игровой деятельности в адаптационный период, направлена на формирование эмоциональных контактов «ребенок-взрослый» и «ребенок-ребенок».

Основная задача игр в адаптационный период – формирование эмоционального контакта, доверия к другим взрослым и детям, социуму в целом.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием, во втором полугодии, если возникает такая необходимость, группа делится на подгруппы.

Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения.

Дети двух-трех лет еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут наблюдать друг за другом, прыгать, и оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка.

Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Затормаживает отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому ребенку предлагаются игры: нанизывать шарики на шнур, соединять детали крупного конструктора "Лего", играть резиновыми игрушками-пищалками, игры с водой.

Периодически включать негромкую, спокойную музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательны.

Лучшее лекарство от стресса – смех. Необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Используются игрушки-забавы, мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички.

Важно исключить однообразие жизни детей, т. е. определить тематические дни.

Исключить интеллектуальные и физические перегрузки, вести адаптационные листы на каждого ребенка, которые в дальнейшем помогут скорректировать процесс адаптации.

Заключение

В адаптационный период необходим дифференцированный, индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывающий его интересы и возможности.

В силу значимости и необходимости адаптации к дошкольному образовательному учреждению в жизни ребенка, необходимо всячески помогать малышу, вести работу с родителями. В ходе работы с детьми важно отобрать такие формы и методы работы, которые были бы интересны для них и вызвали положительные эмоции.

