

Игнатова Ольга Викторовна,
Воспитатель

МБОУ Максимовская ООШ (дошкольная группа)
Урицкий район Орловская область

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА В ДЕТСКОМ САДУ

Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что первые дни нахождения «маленького взрослого» в детском саду – это достаточно сложный временной промежуток, требующий должного высокопрофессионального научно-методического и организационно-практического сопровождения психологической направленности не только для самого ребёнка, но и для всех участников воспитательно-образовательного процесса – родителей и их детей, воспитателей и т.п. «Вхождение» ребёнком в новое пространство – непростой процесс, протекание которого будет положительным только в том случае, если будут созданы должные психологические условия. Подобные резкие перемены в жизни малыша можно охарактеризовать как стрессовую ситуацию, которая может вызвать негативные невротические реакции у ребенка. Поэтому очень важно правильно подготовить маленького индивида к этой ситуации, создать для него необходимые условия, чтобы смягчить негативные воздействия всех этих изменений в жизни индивида трёх лет. Изучение и оптимизация процесса адаптации младших дошкольников к ДОО – это не новое направление в работах социологов, психологов и педагогов, но оно всегда остается актуальным, так как, несмотря на многочисленность уже существующих трудов и рекомендаций на эту тему, на практике все же ощущается недостаточная разработанность системы специальных и, главное, инновационных психолого-педагогических условий для быстрой и легкой адаптации детей. Но для решения перечисленных проблем необходимо первоначально раскрыть суть и объем понятия «адаптация». Самое простое и общедоступное определение для адаптации: процесс приспособления к новым условиям. Педагогическая энциклопедия раскрывает понятие адаптация как «способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды» [1]. Мы в своих теоретических исследованиях за отправную точку примем мнение Н. В. Кирюхиной, выделяющей три разновидности адаптации: биологическую, представленную процессом активных взаимодействий организма и среды; социальную, включающую в себя способности приспосабливаться к социальному окружению; физиологическую, олицетворяющую общие реакции, отвечающие на потребности, рождённые ситуацией. Адаптация представлена, как одна из важнейших стадий

социализации личности в трудах А.В. Петровского и других современных отечественных психологов. При этом А.В. Петровский [2], отмечает, что очень важна стадия детской адаптации субъекта в социуме, т.е. тот период, когда ребёнок только входит в мир людей и становится объектом системы общественных взаимоотношений. В связи с этим, учитывая взаимосвязь процессов личностной адаптации и социализации, многие психологи используют в своих научных трудах понятие «социально-психологическая адаптация».

Анализ исследований показывает, что главная трудность, которая подстерегает ребёнка при поступлении в ДОО, связана не с процессом его биологической адаптации к новому режиму дня, типу питания и т.д., а с обязательным включением его в группу неизвестных малышу ровесников, не всегда похожих на него, обладающих различными индивидуальными особенностями, но все вместе эта группа сверстников образует первую для малыша социальную общность, в которой ему предстоит найти свое место. Страх – эмоция, которая зачастую сопровождает период адаптации. В незнакомом месте, среди незнакомых людей малыш во всем чувствует потенциальную угрозу. Он всего боится – других детей, новой обстановки, незнакомых взрослых, которые устанавливают правила, требуют послушания. Кроме того, малыш боится сделать что-то неправильно, боится наказания. А, самое главное, он больше всего боится, что мама не придет за ним, забудет его и оставит в детском садике навсегда. Известно, что очень многим детям нелегко удастся наладить контакт с другими детьми. Раньше всегда рядом была мама, ее присутствие давало уверенность, что всегда можно обратиться к ней за защитой и поддержкой, а теперь рядом чужая тетя, и малыш чувствует себя очень неуверенно. Известно, что собственно адаптационный период проходит легче, если ребенок сможет наладить контакт со сверстниками, позитивное общение с другими малышами сильно отвлекает от всех страхов и тоски по дому и родителям. В настоящее время уже накоплен большой положительный опыт организации приёма детей в ДОО. Во всех детских садах практикуется знакомство с родителями и ребенком до поступления в детский сад, анкетирование, педагогическое просвещение и многое другое. Для того, чтобы облегчить период адаптации для малышей и их семей, нужна целая система работы, продуманная во всех деталях, построенная на многолетнем опыте, психологических и педагогических знаниях особенностей развития младшего дошкольника. Дети младшего дошкольного возраста быстро утомляются, поэтому чтобы предупредить высокую утомляемость очень важно правильно организовать режим дня, следить за уровнем двигательной активности. Есть дети очень активные, подвижные, «живчики», а есть, наоборот, – очень медлительные, «копуши», некоторые – тревожны, другие смельчаки. Если рассмотреть причины многих индивидуальных различий, то можно выделить и условия жизни и воспитания, и состояние его здоровья. Сочетание как многих внешних социальных факторов, так и внутренних

врожденных физиологических и генетических определяют скорость развития ребёнка и некоторые индивидуальные особенности. В целом можно утверждать, что физически ослабленные дети сложнее и дольше приспосабливаются к новым условиям. Анализ практического опыта и теоретических изысканий Н.М. Аксариной, В.Г. Алямовской, Л.И. Божович, Л.Г. Голубевой, Л.С. Выготского, А.И. Захаровой, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна и многих других ученых позволяет утверждать, что длительность, успешность и легкость адаптационного периода для младших дошкольников зависит от ряда факторов:

- 1) уровень развития социально-коммуникативных навыков дошкольника (ребенок с низким уровнем труднее идет на контакт со сверстниками и незнакомыми взрослыми);
- 2) несоответствие домашнего режима и режима в ДОО (ребенок будет испытывать психологический и физиологический дискомфорт от несовпадения привычных действий и потребностей с необходимыми);
- 3) несформированность навыков самообслуживания в соответствии с возрастом ребенка (ребенок, который ничего не умеет или не хочет делать сам, будет чувствовать себя в коллективе более самостоятельных детей неуютно, что повлечет за собой развитие комплексов и понижение самооценки);
- 4) отсутствие психологического настроя на регулярное посещение ДОО у самого ребенка и у его родителей (нерегулярность посещения, сомнения родителей по поводу необходимости соблюдения режима затягивают период адаптации);
- 5) глубина взаимопонимания и стиль отношений в семье воспитанника (чем лучше родители понимают переживания своего ребёнка, тем легче им будет помочь ему адаптироваться к ДОО). А также, одним из необходимых факторов для успешного процесса адаптации детей младшего дошкольного возраста к ДОО является способность и желание воспитателя выявить, понять и учитывать в своей работе индивидуальные психологические и физиологические особенности не только каждого своего воспитанника, но и его родителей. На эту тему очень точно высказался К. Д. Ушинский: «для того, чтобы воспитывать ребенка во всех отношениях, его надо знать во всех отношениях» [3]. Таким образом, для успешной адаптации младшего дошкольника в условиях ДОО необходима сплоченность родителей и педагога, а также активное взаимодействие детей их родителей и педагогов в рамках образовательной и воспитательной деятельности в режиме ДОО. В данном направлении самым проблематичным, с нашей точки зрения, вопросом является выбор методик работы с детьми и их родителями, которые позволяют одновременно снизить уровень тревожности родителей и детей,

расширить объем знаний родителей об особенностях взаимодействий внутри группы ДОО, укреплять доверие родителей и детей к воспитателям и развивать взаимопонимание воспитанников и их родителей. И при этом использование выбранных методик должно являться продуманной системой психолого-педагогических взаимодействий, в которых главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая его индивидуальным особенностям и потребностям, которые определяют его поведение. В период адаптации рекомендуется придерживаться следующих психологических правил: важно учитывать физиологические потребности и возможности младшего дошкольника (потребности в воде и пище, гигиенические потребности, потребность во сне) [4]; постепенно приучать ребёнка ко всему новому; со стороны всех лиц, воспитывающих ребёнка, должно соблюдаться единство и постоянство всех требований, предъявляемых к ребёнку и т.п. Подводя итог, отметим, что, несмотря на достаточное количество исследований по теме адаптации младших дошкольников к ДОО, проблема организации психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации не утратила своей актуальности.

Мы склонны предположить, что организация целенаправленного сопровождения с использованием инновационных методов и методик, основанных на игровой и продуктивной деятельности, поможет воспитанникам младших групп ДОО и их родителям легче преодолеть этот период.