

## **Адаптация ребёнка в детском саду**

"Детство — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, кто вел ребенка 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 ребенка 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 свое личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

Вне всякого сомнения, принятие решения родителями во многом определяется вышеупомянутым личным опытом. Тем не менее посещение детского сада имеет свои плюсы и минусы, определенные не с точки зрения конкретных мамы и папы, а с точки зрения науки, точнее, наук — педагогики, медицины, психологии, социологии.

Сразу же отметим, что с точки зрения науки в целом детский сад однозначно рассматривается как фактор положительный, абсолютно необходимый для полноценного воспитания. И с этим нельзя не согласиться, потому что человек с незапамятных времен — существо коллективное. Искусство общения с другими членами сообщества во многом определяет всю жизнь человека. Этому, несомненно, стоит учиться с детства — никакая семья, никакие няньки-гувернантки, никакие неработающие бабушки не в состоянии заменить детский сад.

## **КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ**

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребенка? Будет ли ему хорошо в детском саду? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми. До

этого все происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребенка в детском саду?

Это волнение усугубляется, если ребенок не хочет расставаться с привычным и близким, отказывается порой идти в группу. Мамы или проникаются еще большим сочувствием к ребенку, 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 ребенка опыта общения со взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был сужен до минимума (мама — ребенок, бабушка — ребенок), 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 ребенку, 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.

Когда у ребенка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться от всех. Такой ребенок, если у него есть положительный опыт общения с посторонними взрослыми, льнет к воспитателю, заглядывает ему в глаза, хочет убедиться в постоянной

поддержке.

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 ребенок познает окружающее, узнает, как действовать в той или иной обстановке, учится устанавливать взаимоотношения со взрослыми и детьми. А главное, в общении он узнает себя, границы своих возможностей. Поэтому чем шире у ребенка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот, чем меньше опыт ребенка, тем ему труднее.

Общение ребенка связано с игрой, учебой, трудом, оно воспринимается как само собой разумеющийся процесс. Поэтому взрослые учат ребенка играть, учиться, трудиться и довольно редко учат умению общаться.

Научить ребенка вступать в общение со взрослыми и детьми — важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение.

Особое значение в период привыкания ребенка 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. К концу первого года жизни у ребенка необходимо сформировать умение садиться на стул, самостоятельно пить из чашки. С 1 года 2 месяцев необходимо учить ребенка пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, разнообразные блюда, хорошо пережевывать пищу, после еды задвигать свой стул. Ребенок должен активно участвовать в раздевании, умывании.

С 1 года 6 месяцев ребенка надо приучать самостоятельно мыть руки, есть, соблюдая во время еды чистоту, пользоваться салфеткой, снимать расстегнутую и развязанную взрослым одежду, называть предметы одежды. К 2 годам он должен знать свое место за столом, место для полотенца и одежды, спокойно сидеть за столом, тихо вести себя за столом и в спальне.

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, пояснять 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 ребенка, поступающего в дошкольное учреждение, можно судить по основным бытовым навыкам.**

В 1 год 6 месяцев ребенок: держит в кулачке ложку, ест (частично) жидкую и полужидкую пищу, пьет из чашки (почти не проливая); отрицательно относится к нарушению опрятности; сообщает о физиологических потребностях; спокойно относится к умыванию. В 1 год 9 месяцев ребенок: самостоятельно ест любую пищу (в том числе и с хлебом) из своей тарелки; самостоятельно снимает (стягивает) шапку и обувь, частично одевается (натягивает шапку, надевает туфли); обращает внимание на грязное лицо и руки; контролирует физиологические потребности; проявляет стремление к самостоятельным действиям; знает места хранения одежды, игрушек и других вещей.

В 2 года ребенок: 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.

В 2 года 6 месяцев ребенок: одевается и раздевается с незначительной помощью взрослого; расстегивает и застегивает одну-две пуговицы.

В 3 года ребенок: одевается с незначительной помощью взрослого, а раздевается самостоятельно; складывает свою одежду перед сном; застегивает несколько пуговиц, завязывает (связывает) шнурки; знает назначение многих предметов и их местонахождение; выполняет

поручения из двух-трех действий (отнеси, поставь, принеси); умеет мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем; замечает беспорядок в своей одежде, пользуется носовым платком; регулирует свои физиологические потребности; вытирает обувь при входе в квартиру; аккуратно ест, правильно держит ложку, пользуется салфеткой; не выходит из-за стола до конца еды и не мешает за столом другим; говорит слова благодарности, здоровается, прощается.

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

Мебель лучше разместить таким образом, чтобы она образовала маленькие комнатки, в которых дети будут чувствовать себя комфортно. Хорошо, если в группе будет небольшой "домик", где ребенок может побыть один, поиграть или отдохнуть. Сделать такой "домик" можно, например, из детской кроватки, обтянув красивой тканью и вынув из нее нижнюю доску.

Желательно рядом с "домиком" разместить живой уголок. Растения и вообще зеленый цвет благоприятно влияют на эмоциональное состояние человека.

В группе необходим и спортивный уголок, который удовлетворял бы потребность детей 2—3 лет в движении. Уголок следует оформить так, чтобы у ребенка появилось желание заниматься в нем.

Малыши еще не владеют речью настолько, чтобы выразить четко 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 ребенка 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.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Летом подобные игры легко организовать на улице. В осенне-зимнее время желательно иметь уголок песка и воды в помещении. Для разнообразных и увлекательных игр используются необычные 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.

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

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе "семейный" альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и

уже не так тосковать вдали от дома.

**2.** Работа с родителями, которую желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад.

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

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку — так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамами.

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

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.

**3.** 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.

## **Леворукий ребенок**

По статистическим данным речевые патологии в России растут количественно и усложняются. Более чем у 30 процентов детей в раннем возрасте обнаруживаются речевые расстройства различной тяжести, сейчас все больше детей с общим недоразвитием речи, с тяжелыми органическими формами. Работая в детской поликлинике логопедом, всё чаще наблюдаю детей с выраженным левшеством, страдающих неврозами, задержками и нарушениями развития. По статистике, тридцать лет назад количество левшей составляло около 19% (включая переученных в детстве). Сейчас в мире более 30% людей — леворукие. И их количество постоянно увеличивается. Среди леворуких отмечен высокий процент детей, имеющих комплексные нарушения письма и чтения. Родители ребенка воспринимают это как трагедию, аномалию в развитии и вопрос: «Мой ребенок левша. Что делать?», возникает все чаще и чаще. Для ответа на этот вопрос я даю родителям необходимые консультации, стараясь доступно объяснить данную дисфункцию левого (речевого) полушария, и связанное с этим нарушение речевого развития ребенка, во многом определяющее темпы общего функционального развития.

Под леворукостью понимают предпочтение левой руки при хватании, удерживании, перемещении предметов, рисовании и письме. Иногда предпочтение той или иной руки проявляется очень рано в первые месяцы после рождения, но может быть и так, что доминантная рука проявит себя и позже. Доминантными является не только рука, но и глаз, ухо, нога. Это связано с симметричным строением человека, его латеральностью. Движение правой стороны тела (руки, ноги, глаза, уха) координируется левым полушарием мозга, движение левой — правым. Причина этого — перекрестное строение нервных путей моторных и сенсорных нервов. Хотя оба полушария мозга и расположены симметрично, но в своих функциях они ассиметричны, то есть они управляют различными способностями человека.



Считается, что доминантным является то полушарие, которое управляет речью – выражением и пониманием мыслей, вербальным (речевым), рациональным мышлением. Сегодня такая позиция пересматривается. Все больше и больше придают значение эмоциональной жизни человека и оба полушария рассматриваются как дополняющие и отчасти перекрывающие друг друга, хотя все-таки левому полушарию, управляющему вербальным интеллектом, придают большее значение.

Согласно современным представлениям причины леворукости могут быть разные. Леворукость может передаваться по наследству, но может наступить и спонтанно в раннем детстве. Есть данные о том, что причиной леворукости могут быть влияния на плод во время беременности или во время родов.

Еще недавно считалось, что леворукий ребенок – это проблема и давались настоятельные рекомендации о необходимости переучивания. В настоящее время доказано, что леворукость явление нормальное и от переучивания следует отказаться, так как это может привести к серьезным нарушениям в развитии. Поэтому если ребенок – левша, отнеситесь к этому спокойно: Ребенок не требует никакого особого подхода. При занятиях живописью, рисовании, письме, рукоделии у левшей не возникает никаких особых проблем в обучении по сравнению с праворукими детьми. Они могут быть такими же ловкими или не ловкими, такими же аккуратными или не аккуратными, могут испытывать проблемы в обучении письму, как это происходит и у всех других детей.

Однако, есть некоторые рекомендации, которые нужно соблюдать. Следите за тем, как ребенок держит карандаш или ручку между указательным, большим и средним пальцами, когда он пишет. Левый край руки должен лежать на листе. Многие левши пишут с позицией руки «дугой». Раньше это считалось неправильной постановкой руки и ее пытались исправлять. В настоящее время большинство специалистов придерживается мнения, что такая постановка руки может определяться психофизиологические, локализацией движения у

речевого центра. Поэтому такая постановка руки допускается. Следите за тем, чтобы тетрадь Вашего ребенка была наклонена так, чтобы правый угол был направлен в сторону тела.

Постарайтесь установить как можно раньше, какую руку предпочитает ребенок и после этого поддерживайте его в том, чтобы пользоваться этой рукой, как доминантной. Если вы заметите, что ребенок напряжен во время занятий, то дайте ему возможность делать небольшие паузы и упражнения на расслабление руки. Следите за правильной осанкой ребенка: его левое плечо должно немного выдаваться вперед. Помните, что характер движения леворукого ребенка при письме отличается от праворукого. Последний как бы «тянет» письмо за собой, его движения тянущие, в то время, как левша «толкает», его движения толкающие. Этот иной характер движения для левши естественный. Предупредите учителя о том, что ребенок левша и определите стратегию взаимодействия – не переучивать ребенка. Найдите для ребенка подходящее и удобное место. Если у вас вызывает сомнение, какую руку предпочитает ваш ребенок, тогда следует обратиться к специалисту, чтобы провести необходимую диагностику и получить рекомендации.

### ***Советы родителям леворуких детей***

-Никогда и ни при каких обстоятельствах взрослые не должны показывать ребенку негативное отношение к леворукости.

-Следует помнить, что леворукость - индивидуальный вариант нормы, поэтому трудности, возникающие у леворуких детей, чаще всего не связаны с этим явлением. Такие же проблемы могут быть и у любого другого ребенка.

-Не стоит даже пробовать обучать леворукого ребенка работать правой рукой, тем более, настаивать на этом. Переучивание может привести к серьезным нарушениям здоровья. -Определять ведущую руку целесообразно в 4-4,5 года.

-Леворукий ребенок нуждается в особом внимании и подходе, но не потому, что он леворукий, а потому, что каждый ребенок уникален и

неповторим. Успехи малыша напрямую зависят от понимания, любви, терпения и умения вовремя помочь со стороны близких.

#### **Рекомендации для родителей:**

- любите своего ребенка таким, какой он есть;
- радуйтесь своему ребенку;
- разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;
- слушайте ребенка, не перебивая;
- установите четкие и определенные требования к ребенку;
- не устраивайте для ребенка множество правил;
- будьте терпеливы;
- каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;
- в разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;
- поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;
- чаще хвалите ребенка;
- поощряйте игры с другими детьми;
- интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;
- не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;
- помните, что авторитет родителей основан на достойном образце поведения;
- прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ДОУ;
- посещайте групповые собрания.

Таким образом, совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей является залогом успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения.

## **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.**

