***Фаттахова Фируза Мавлитовна***

***Воспитатель***

***МДОУ «Д/с №126 о. в.»***

***г. Магнитогорска***

**«Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»**

Оформляя ребенка в ясли, родители часто переживают: Как его встретят? Будет ли ему хорошо в яслях? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение — это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми. Такие же проблемы встают и перед воспитателем, принимающим в свою группу новичков. И они вполне обоснованы, поскольку известно: изменение социальной среды сказывается как на психическом, так и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требуют те малыши 1,5-2 лет, которым впервые предстоит перейти из достаточно замкнутого семейного круга в мир широких социальных контактов. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация происходит дольше и труднее. Чаще сопровождается болезнями. В этот период интенсивно физически развивается организм, созревают психические процессы. А на этапе становления дети в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Новые условия и как ответная реакция новые формы поведения требуют определенных условий и умений со стороны ребенка. От того, на сколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода (который может продолжаться иногда и полгода) и его дальнейшее развитие. Воспитатели в свою очередь, должны глубоко понять сущность процесса адаптации (привыкания) детей к условиям общественного воспитания. Ведь до сих пор некоторые воспитатели считают, что слезы и капризы ребенка во время поступления – это результат его избалованности, изнеженности. Их обращение с ребенком резко отличается от того, к которому он привык дома. Причинами каприз ребенка, боязни расстаться с близким человеком могут быть различными: отсутствие в семье режима; неумение занять себя игрушкой; наличие отрицательных привычек (сосание соски, укачивание при укладывании спать). Однако главной (задачей) причиной такого поведения является отсутствие у ребенка опыта общения со взрослыми и детьми. Чем узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с чужими определяют характер поведения. Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения со взрослыми и сверстниками, составляют более благоприятную группу по характеру поведения и привыкают к детскому саду сравнительно быстрее.

Для того, чтобы управлять процессом адаптации, педагогу необходимо хорошо знать возрастные особенности детей и учитывать их в своей работе. Прежде всего, надо помнить, что организм маленького ребенка характеризуется функциональной незрелостью. Приспособляемость к изменяющимся условиям среды, в частности к температурным колебаниям, вследствие чего малыш подвержен простудным заболеваниям. Поэтому, ребенок нуждается в очень бережном отношении, внимательном уходе. Забота о здоровье детей, его укрепление является главной задачей детского сада. Так как с состоянием ребенка тесно связано его психическое развитие. Если дети часто болеют, они становятся вялыми, безразличными к окружающему, раздражительными, плаксивыми. Особенно подвержены заболеваниям те дети, организм у которых не закален, которые привыкли к слишком высокой температуре воздуха. Но со своей стороны и воспитатель должен внимательно отнестись к новым детям: соблюдать все правила гигиены, тщательно одевать каждого малыша на прогулку, не допускать, чтобы ребенок брал в рот игрушки. Случается, что дети, которые дома приучены к опрятности, в новых условиях утрачивают эти умения. К полутора – двум годам некоторые дети уже могут есть самостоятельно. Однако многие из детей второго и третьего года жизни не умеют есть не только жидкую, но и густую пищу. Их надо в первое время кормить, постепенно формируя необходимые навыки приема пищи, опрятности.

Процесс становления взаимоотношений ребенка со сверстниками также длителен и непрост. Начинается он с кратковременных действий рядом с другими детьми, совместных действий. И только потом эти совместные действия становятся длительнее. Также важным условием поддерживания положительного эмоционального состояния у детей является их занятость. Однообразная деятельность (а меленький ребенок не всегда умеет переключаться на новое занятие) как и бездеятельность, утомляют ребенка могут явиться причиной плача. Дети второго – третьего года жизни, труднее приспосабливаются к изменениям в укладе жизни, воспитательных мерах, связанных с поступлением в ясли. Поэтому важно в первое время по возможности смягчать этот переходный период, поддерживая привычки малыша, даже если они нежелательны. Разрешать приносить с собой любимые игрушки, не настаивать на том, чтобы малыш съедал полностью непривычную порцию и т.п. Отрицательное эмоциональное состояние выражается у детей, не только плачем, но и рядом беспорядочных движений рук и ног. Иногда это состояние настолько бурно охватывает ребенка, что, глядя на него, можно предположить, что он переживает большое горе. Он не хочет ни на кого смотреть, не может вслушиваться в обращение взрослого, не реагирует на уговоры. Однако его легко успокоить, иногда достаточно заинтересовать его игрушкой, рассказом. В период адаптации важно обратить внимание на уровень речевого развития ребенка. Собственные наблюдения воспитателя, сведения, полученные от родителей, позволяют оценить, насколько ребенок понимает то, о чем с ним говорят, каков словарный запас. Без этого невозможен тесный контакт воспитателя с ребенком, затрудняется взаимопонимание.

Да, адаптация к новым условиям жизни неизбежна. Но запомним: мы в силах сделать этот процесс максимально безболезненным. Практика показывает, что существуют разные степени сложности адаптационного периода, и многие дети достаточно быстро привыкают к новой социальной среде. У одних вхождение в новые условия протекает сравнительно легко, у других – тяжелее.

Познакомимся с двумя детьми. Одновременно пришедшими в ясельную группу детского сада, и присмотримся к особенностям поведения каждого. У Насти Х. в первые две недели преобладало отрицательное эмоциональное состояние (тревожность, плач), отсутствие интереса к окружающему. Игрушки она либо не брала совсем, либо действовала ими кратковременно, примитивно. Более всего Настя стремилась к эмоциональному контакту со знакомыми взрослыми: она следила за действиями воспитателя, бежала за ним. Пытаясь удержать рядом с собой, хватала за одежду. Если взрослый, успокаивая ее, ласково прижимался к девочке, она всем телом прижималась к нему и «залипала». Отстранение вызывало протест и плач. Детей девочка сторонилась. Чужие взрослые вызывали у нее и любопытство и страх. Основная потребность Насти заключалась в эмоциональном общении с близкими или знакомыми взрослыми.

Иначе чувствовала себя ее ровесница – Даша С. Особая тревожность или беспокойство не отмечались в ее поведении, проглядывалась лишь некоторая скованность. Девочка начинала волноваться лишь, когда за другими детьми приходили родители, просила отвести ее к маме. Стремление к эмоциональным контактам со знакомыми взрослыми выражала сдержанно. Принимала ласку воспитателя, но сразу сама включала во взаимодействие с нею предметы. Даша самостоятельно искала необходимые ей игрушки и действовала долго и осмысленно: укладывала куклу спать, пела ей песенку, разговаривала с ней. Обращалась к воспитателю за помощью, если что – то не ладилось в игре. Она относилась к другим детям доброжелательно: наблюдала за их действиями, подходила к ним, присаживалась рядом с играющими, заглядывала в глаза, что – то лепетала. Появление незнакомого взрослого не вызывало у девочки беспокойства: она шла к нему с протянутой игрушкой, если видела, что взрослый расположен к ней. Эти два ребенка по-разному входили в жизнь детского учреждения. Они разнились во всем. Если Настя испытывала острый дискомфорт, тягу к эмоциональным контактам со знакомыми взрослыми, страх перед чужими, безучастное отношение к игрушкам, безразличие к сверстникам, то Даша, напротив, отличалась достаточно благополучным самочувствием, доброжелательностью, спокойным отношением к взрослым, открытостью, как к знакомым, так и к посторонним взрослым, опосредованием контактов с ними предметами, хорошо развитой игрой и расположенностью к сверстникам. Почему так различно вели себя в новых условиях жизни два ребенка? Чтобы ответить на этот вопрос, обратимся к накопленным в психологии знаниям об особенностях психического развития детей раннего возраста. Но поскольку вопрос развития – процесс преемственный, небесполезно вспомнить тот этап, который предшествовал раннему возрасту, - первые месяцы и годы жизни ребенка. Кратко напомним их.

Исследованиями психологов установлена решающая роль общения взрослого с ребенком для его своевременного и полноценного психического (процесса) развития. Было показано: ребенку должно быть обеспеченно прохождение через все генетически обязательные фазы его контактов с взрослым. В первом полугодии полноценное эмоциональное общение с взрослым – лично ему адресованное доброжелательное внимание, ласка и нежность. Это влечет за собой возникновение аффективно – личностных связей с взрослым, привязанность к нему, доверчивую восприимчивость к его воздействиям и отношению. А это, в свою очередь, - основа познавательного развития ребенка, становление его личности: открытости окружающему миру или отгороженности от него.

Со второго полугодия жизни возникает деловое сотрудничество ребенка с взрослым, связанное с овладением им предметной деятельности. Взрослый теперь становится не только источником тепла и благожелательности, но и партнером сначала по совместным действиям с предметами, а потом и по игре, образцом для подражания, ценителем умений ребенка. С этого момента начинается приобщение ребенка к человеческой культуре. В условиях сотрудничества с взрослым малыш овладевает специфическими действиями с предметами, созданными для различных нужд человека: чашкой, ложкой, расческой. Малыш стремится с трудом, но с огромным удовольствием делать все как взрослые. Пусть ложка не попадает в рот, а молоко из чашки проливается на стол – ребенок трудится самозабвенно и с упоением, упорно стремясь укротить непослушные предметы.

В овладении предметной деятельностью есть и еще одна очень важная сторона, о которой не случайно много пишут педагоги и психологи: возникновение и становление игры. И здесь роль взрослого является определяющей. Сначала ребенок играет с реалистическими игрушками, ограничиваясь простыми манипуляциями с ними: перестановкой чашечек, складыванием друг в друга кастрюлек. Изредка эти манипуляции приобретают характер игровых эпизодов (ребенок подносит ложку ко рту куклы). Но дети с удовольствием наблюдают за игровыми действиями взрослого и воспроизводят их, просят помочь при затруднении. Постепенно с помощью взрослого они учатся заменять одни предметы другими. Это знаменует один из важнейших этапов не только в развитии игры у детей, но и в их психическом развитии вообще. Таким образом, основные приобретения ребенка в раннем возрасте новые связи со взрослыми, опосредованные предметом и становление предметной деятельности и игры. Что нового приносит сформированный тип общения и предметной деятельности в область социальных взаимоотношений с другими людьми? Как эти приобретения могут сказаться на поведении в новых условиях, например, при поступлении в дошкольное учреждение? В ходе делового общения ребенка формируются дифференцированные связи с окружающими людьми. Чем отличается эмоциональный контакт от делового, практического? Прежде всего, избирательностью, построенной на основе опыта личностного общения с самыми близкими людьми. Если малыш с первых месяцев жизни одинаково доброжелателен к любому взрослому, если он удовлетворяется простыми знаками внимания с его стороны, чтобы отозваться на них радостной улыбкой, гулением, то уже со второго полугодия жизни он начинает четко различать своих и чужих. Расставание с матерью, которая проходило безболезненно вдруг приводит его в отчаяние, он отказывается от общения с другими людьми, от игрушек, теряет аппетит, сон. А это уже серьезный симптом, который свидетельствует: ребенок поддерживает личностное общение, и только с близким взрослым. По сравнению с эмоциональным общением практическое взаимодействие более безлично, менее опосредованно привычкой к контактам с определенным человеком. В ходе его между двумя партнерами появляется новое звено – предмет, который отвлекает малыша от того, с кем он общается. Конечно, ребенок скорее предпочтет игру с близким ему человеком, чем с незнакомым. Но если он может наладить деловые контакты с людьми, то быстро привыкает к чужому человеку, включая его в новые отношения, не требующие особой эмоциональной близости. Переход к новой форме общения необходим. Только новая форма общения – это залог успешного вхождения ребенка в более широкий социальный контакт, залог благополучного самочувствия. Это путь не всегда прост и требует времени, определенного внимания со стороны взрослых. Психологи выявили особую «амбивалентную» форму поведения детей второго года жизни, наблюдаемую в семье и в детском саду, одну из первых форм конфликтного поведения по отношению к посторонним взрослым. Конкретно суть такого поведения мы продемонстрируем на примере: ясельная группа, один из воспитанников играет в манеже в комнату входит незнакомый взрослый. Малыш замечает его издали и с любопытством разглядывает, по всему видно: новое лицо вызывает у него интерес и симпатию, тогда взрослый обращается к ребенку: «Иди ко мне!» Малыш, немного помедлив робко приближается, но на полпути останавливается, топчется на месте, отворачивается и уходит в глубь манежа, откуда пристально наблюдает за незнакомцем. Но стоит взрослому заняться своими делами, как малыш незаметно оказывается рядом с ним.

Серьезные трудности испытывают дети и в обстановке переключения из одной сферы взаимодействия в другую, например, утром: при расставании с родителями – горькие слезы, взволнованность. А в конце дня – радость, смех.

Одна из работ, выполненных под руководством М.И.Лисиной, выявила четкую закономерность: развитие предметной деятельности ребенка тесно связывается с его привыканием к детскому учреждению. В ходе эксперимента выделили три группы адаптационного периода. Наиболее легко она протекала у малышей, кто умел длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушкой – это первая группа адаптации. Впервые попав в ясельную группу, они быстро откликались на предложения воспитателя поиграть, с интересом исследовали новые игрушки, упорно преодолевали трудности, проявляя выдумку и терпение. Только непреодолимый вариант заставлял их обращаться за помощью. Они внимательно наблюдали за действиями воспитателя и пытались повторить их. И так, высокий уровень развития предметной деятельности - умения налаживать деловые контакты с взрослыми. Отсюда и благополучное эмоциональное ощущение во время пребывания в детском саду и в совокупности – быстрая адаптация.

Отличительные особенности средней тяжести адаптации: слабо сформированы действия с предметами, преимущественно на уровне манипуляций, не умение сосредоточиться на игре, отсутствие инициативы в выборе игрушек, в налаживании деловых контактов с взрослыми.

Третья - самая тяжелая степень адаптации длится от двух до шести месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, стойкий отказ от еды, плохо засыпает, сон короткий, прерывистый, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма. Этим детям необходимо в домашних условиях до поступления в детский сад расширять круг общения с другими людьми, которые должны играть с ними (но не ласкать).

В нашей теме не освещена еще одна проблема – это общение детей со сверстниками. Дети ведут себя по-разному в обществе ровесников: одни сторонятся их, другие с удовольствием вступают в контакт. В первом случае состояние, отягощенное неумением общаться с взрослыми, не компенсируется радостью общения с равным партнером, что усугубляет состояние тревожности, дискомфорта. Контакты детей с ровесниками складываются позже, чем общение с взрослыми. Чтобы общаться с партнером, имеющим равные возможности, нужно обладать определенными средствами, а главное – иметь желание. На первом году жизни все внимание ребенка концентрируется на взрослом, а затем на предметах. Но постепенно жизненный опыт расширяется, появляется возможность встреч с другими детьми и сразу, же возникает интерес к новому. Вначале интерес выражается в улыбке, в наблюдениях за действиями новичка, в желании приблизиться к нему, потрогать. Роль взрослого на данном этапе – переключить интерес к ровеснику с объектных на субъектные качества. Вот почему следует с самого начала формировать между детьми чисто человеческие, доброжелательные отношения. Внимание взрослого, ласковое отношение к нему – один из примеров установления личностного контакта, возникновения положительной направленности друг к другу. Полезны совместные игры – взрослый и несколько малышей. Центром притяжения в этой ситуации является взрослый, именно в его руках связывающие нити. Руководя совместной игрой, взрослый формирует умение играть вместе. Но его влияние не должно быть навязчивым; основная задача – вовремя выйти из игры, оставив детей наедине. Небольшой беспорядок в групповой комнате – не такая дорогая цена за полученное удовольствие от общения с ровесником. Ведь атмосфера свободы, веселья — это еще одно из условий развития творческого начала.

Конец второго начало третьего года жизни – новый этап в развитии общения. К этому моменту сверстник все больше притягивает к себе ребенка как партнера по игре. Интерес детей друг к другу находит свое выражение в особом взаимодействии, которое достигает своего расцвета на третьем году жизни. На первый взгляд общение в эту пору совершенно бесцельное: беготня, прыжки, возня. Восторженные крики, безудержное хвастовство. Казалось бы, все действия носят характер демонстрации своих умений друг перед другом. Это только на первый взгляд, т.к. подобные контакты, прежде всего, формируют умения у детей согласовывать свои действия с поступками других. Первоначальный интерес к другому ребенку, как к интересной игрушке – сменяется чисто человеческим отношением. Положительные эмоции вызывают удовлетворение, стремление продлить удовольствие.

Познание ребенком самого себя проходит разные пути, и один из них – это сравнение со сверстником. Если общение ребенка со взрослым можно сопоставить с наклонной плоскостью, где первый стоит у основания, а второй как недостижимый образец наверху, то общение с равным партнером осуществляется как бы на горизонтальной поверхности, которая открывает новый ракурс самопознания. Общаясь друг с другом в свободной форме, дети своеобразно познают и себя и другого ребенка. Повторение действий, составляющих основу общения, демонстрация своих умений и наблюдение за их отражением в поведении другого, постоянное сравнение – это и есть возможность посмотреть на себя со стороны, есть способ выразить свое природное самобытное начало. Ведь ребенок не только объект воспитания, он еще и существо полное жизненной энергии. Общение с равным – замечательный способ самовыражения. Следовательно, своевременные контакты создают у ребенка желание быть в группе ровесников, желание общаться с ними.

Несколько слов об игрушках. Будущие ролевые игры носят всегда предметный характер. Поэтому навыки предметного взаимодействия, полезно развивать уже в раннем возрасте. Однако запомним: предметные игры совмещают с общением. В противном случае дети, поглощенные игрушками, перестанут обращать внимание на сверстника, не смогут вспомнить того, с кем они играли. Практика показывает успешность такого педагогического приема. За столиком с игрушками разместите несколько детей, взрослый рядом. Его задача: наблюдать за игрой, обращать внимание на положительные действия партнеров. Оказывается, умение заметить партнера, разделить с ним общее дело, выразив ему, одобрение и ласку, дается не так-то просто. Дети слишком заняты собой и ждут внимания только по отношению к себе. Систематические занятия дадут свои положительные всходы. Это поможет быстрее освоиться в новой социальной среде.

В каком бы возрасте ребенок не поступал в детский сад, надо помнить: сравнительная безболезненность адаптации к новым условиям может быть обеспеченна только подготовленностью к ним. А успешной подготовка оказывается в том случае, когда учитываются психологические особенности ребенка этого возраста, характер его связей с взрослыми и сверстниками.

О том, что период адаптации ребенка к детскому саду закончился успешно, родители узнают по показателям окончания адаптационного периода: уравновешенное настроение в течение дня. Спокойное расставание и встречи с родителями, желание есть самостоятельно, умение общаться со сверстниками, спокойный дневной сон до назначенного по режиму времени.

Список литературы:

Алямовская В.Г. Ясли – это серьезно/В.Г. Алямовская. - М.: Академия, 2014. – 145с.

Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад/ Н.Д.Ватутина. – М.: Просвешение, 1983. – 80с.

Павлова Л.Н. Воспитание и обучение детей раннего возраста/ Л.Н.Павлова (и др.) – М.: Просвещение,1986. – 176с.

Лапина И. Адаптация детей при поступлении в детский сад/И.Лапина. – Учитель,2020. – 127с.

Интернетрессурсы