

**Муниципальная бюджетная дошкольная образовательная организация
«Детский сад №8 «Березка» п. Гончарка»**

**АДАПТАЦИЯ
ДЕТЕЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА
(1,5-3 г.)
К УСЛОВИЯМ ДОО**



Подготовила
Воспитатель высшей кв. категории
Подуто Елена Викторовна

2024 г.

При поступлении в детский сад все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.

Адаптация детей группы раннего возраста в МБДОО №8 «Березка» п. Гончарка» к условиям детского сада осуществляется с учетом программ:

«1. "Комплексная психолого-педагогическая программа профилактики психоэмоционально напряжения у детей младшего дошкольного возраста в период адаптации в условиях дошкольного образовательного учреждения" авторы: Соколова Л. А., Якуш О. Е., Братчина А. А., Поршнева Ю. В., Букреева Н.В., Шеремет С. В., г. Белгород;

2. Программа по психопрофилактике дезадаптации детей раннего возраста «Первый блин с начинкой из сказок» автор Царькова О.В., г. Москва;

3. "Занятия психолога с детьми 2—4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению" автор Роньжина А.С., г. Тула.

Отмечено, что если малыш от природы боязлив, не любит шумной большой компании детей, не умеет постоять за себя, то детское дошкольное учреждение становится для его неокрепшей еще нервной системы тяжелым испытанием. Он не только не научится адаптироваться в детском коллективе, но наоборот, может еще больше замкнуться в себе, что может привести к нарушению психологического комфорта.

Выявлено, что у ребенка, начавшего посещать ДОО, могут проявляться беспокойство, страх и депрессивные реакции (заторможенность, вялость, безучастность), особенно у детей с высоким уровнем эмоциональной зависимости от родителей. Могут преобладать повышенная возбудимость, раздражительность, капризность, упрямство и негативизм, в полной мере выражаемые дома в качестве протеста и своеобразной эмоциональной разрядки сдерживаемого в детском саду психического напряжения.

С учетом всего, сказанного выше, с особой остротой возникают вопросы, касающиеся проблем адаптации детей к новому микросоциуму в условиях детского дошкольного учреждения.

Трудности адаптационного периода, степень выраженности адаптационных нарушений, связывают прежде всего:

- с предшествующими условиями воспитания, под влиянием которых формируется система высшей нервной деятельности ребенка;
- со своеобразием межличностных взаимоотношений взрослых и детей, с уровнем привязанности ребенка к матери;

- с организацией учебно-воспитательного процесса в дошкольных учреждениях, социальными условиями;

- с индивидуальными особенностями ребенка: возрастными, психологическими, психофизиологическими, нейрофизиологическими, психогенетическими.

В динамике адаптационного процесса обычно выделяют три стадии:

- стадию тревоги;
- стадию сопротивляемости;
- стадию либо стабилизации состояния и выздоровления, либо истощения.

Различают следующие виды адаптации.

Сенсорная адаптация – приспособительные изменения органов чувств соответственно действующему раздражителю.

Социальная адаптация – процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, а также результат этого процесса, т.е. способность изменить свое поведение в зависимости от новых социальных условий.

Психологическая адаптация – определяется активностью личности и выступает как единство процессов усвоения правил среды («приспособление себя») и преобразования («приспособление к себе»). Важнейшим условием успешной адаптации является оптимальное соотношение указанных компонентов активной деятельности индивида («преобразование себя» и «преобразование среды»), то есть успешность адаптации зависит от правильного определения того, как, насколько и ко всему ли возможно и необходимо приспособляться.

В психосоциальном аспекте часто указывают на важность согласования самооценки, уровня притязаний и возможностей субъекта с реальностью.

Нарушение функций приспособления, сбой адаптационных механизмов приводит к дезадаптации.

Социальной дезадаптации, конфликтности могут способствовать некоторые особенности психического развития ребенка:

- отсутствие навыков общения;
- неадекватное оценивание себя в ситуации общения;
- высокие требования к окружающим;
- эмоциональная неуравновешенность;
- установки, препятствующие общению;
- тревожность и боязнь общения;
- замкнутость.

Если рассматривать адаптацию к новым условиям (к детскому саду) как некий критический фактор для ребенка, то необходимо отметить существующую возможность увидеть способы уменьшения неблагоприятного влияния на ребенка в критических ситуациях, увеличить содействие благоприятных эффектов.

Причинами, способствующими возникновению стрессовых состояний у ребенка, могут быть:

1. Длительное нахождение в большом коллективе детей, среди которых могут быть дети, неприятные ребенку.
2. Строгие, непривычные дисциплинарные правила, за невыполнение которых следует наказание.
3. Фрустрация (*состояние, возникающее, когда наши ожидания не оправдываются. Это чувство разочарования, раздражения, бессилия.*) каких-либо потребностей ребенка.
4. Общение сразу со многими взрослыми людьми, не все из которых могут быть ему приятны.

В начале посещения ДОО адаптационный стресс изменяет реактивность – защитные силы организма, и ребенок начинает часто болеть ОРЗ, бронхитами, инфекциями. В этой связи особое значение приобретают вопросы психологической диагностики и профилактики дезадаптации.

Ожидаемые результаты:

Безболезненная адаптация к условиям детского сада; ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами к взрослому; знает название окружающих предметов и игрушек;

Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки; стремиться двигаться под музыку; у ребенка развита крупная моторика.

Методы психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации

Данные методы, как система психодиагностических инструментов и психологических средств, выявляют тревогоформирующие факторы, оказывающие влияние на детей в период привыкания их к новым условиям, и способствуют успешной адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

При этом решаются следующие задачи:

- анализ конкретного единичного случая в контексте новых, изменяющихся условий;
- выявление причин дезадаптации и нарушения эмоционально-личностной сферы ребенка;
- оценка психоэмоционального состояния ребенка в начале периода адаптации и через месяц посещения дошкольного образовательного учреждения.

Работа проводится поэтапно:

1. Первичная диагностика (в период поступления ребенка в ДОО).
2. Профилактическая и коррекционная работа воспитателя с детьми, родителями, воспитателями.
3. Контрольная диагностика (повторная) – через месяц посещения ребенком ДОО.

Важно отметить, что данная работа позволяет оценить различные взаимоотношения в позициях: *ребенок – родитель – воспитатель*.

Обследование на первом этапе может проводиться одновременно в двух направлениях: первое – характеристика родителями состояния своих детей

преимущественно в семье (анкеты для родителей); второе – оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада (карты наблюдений).

Родителям предлагается анкета, в которой они оценивают психоэмоциональное напряжение, состояние тревожности у ребенка преимущественно в домашних условиях.

«Карту наблюдений» предлагается заполнить воспитателям для оценивания психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации и через месяц посещения им детского сада.

На втором этапе проводится психопрофилактическая и коррекционная работа по решению проблем, возникших в начальном периоде адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения.

В целях решения поставленных профилактических задач этого этапа эффективно проведение индивидуальных и групповых занятий, направленных на стимуляцию общения, на организацию взаимодействия со сверстниками.

При этом особое внимание следует уделять согласованности действий родителей и воспитателей, соблюдения общего подхода к ребенку в семье и детском саду. Необходима работа по психологическому просвещению взрослых, в ходе которых воспитатели и родители получают знания о симптомах трудной адаптации, рекомендации по улучшению адаптации к общим условиям детского дошкольного учреждения каждого конкретного ребенка с его выраженной индивидуальностью.

При проведении контрольного этапа сравниваются результаты по «Картам наблюдений» в начале адаптационного периода и через месяц посещения детьми детского сада.

Анализируя по идентичным параметрам характеристики состояний детей, данные родителями и воспитателями, можно соотнести индивидуальные оценки эмоционально-личностного состояния ребенка в период адаптации.

Выявления различия позиций воспитателей и родителей по одному и тому же критерию эмоционально-личностного состояния ребенка дает основу для проведения углубленного индивидуального исследования, совместного обсуждения данного вопроса с воспитателями и родителями, выявления истинных причин беспокойства тревожности, а также нарушений эмоционального состояния ребенка, позволяет психологу проанализировать и разрешить конкретную ситуацию.

Проведение обследования и обработка данных на первом этапе

Первый этап – анкетирование родителей.

Второй этап – анкетирование воспитателей.

Баллы заносятся в протоколы, отражающие как индивидуальные, так и групповые показатели. Составляется прогноз условной адаптивности детей. Для этого по каждой анкете баллы суммируются, и рассчитывается средний балл.

Уровни условной адаптивности

очень высокий	от 2,82 до 3,00 баллов
высокий	от 2,42 до 2,80 баллов
средний	от 1,62 до 2,40 баллов
низкий	от 1,22 до 1,60 баллов
очень низкий	от 1,00 до 1,20 баллов

«Карту наблюдений» за детьми предлагается заполнить воспитателям для оценивания психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации (1 часть) и через месяц посещения ими детского сада (2 часть).

Выявление уровня адаптации ребенка к детскому саду проводится из расчета суммирования баллов по всем параметрам и определения среднего балла.

1. **Легкая адаптация**, если у ребенка в большинстве случаев присутствуют признаки успешной адаптации и средний балл по «Карте наблюдений» составляет 2,6 – 3 балла.

2. **Средняя адаптация**, если у ребенка присутствуют признаки успешной адаптации, но в большинстве случаев отмечены неустойчивые признаки адаптации и средний балл по «Карте наблюдений» составляет 2,1 – 2,5 балла.

3. **Трудная адаптация**, если у ребенка на фоне неустойчивых признаков отмечаются и признаки дезадаптивного поведения. Средний балл по «Карте наблюдений» составляет 1,6 – 2 балла.

Баллы заносятся в протоколы.

Сравнительный анализ психоэмоционального состояния детей

На основании полученных результатов по двум методикам (анкеты для родителей и карты наблюдений) составляется сравнительная таблица, по которой дается количественная и качественная характеристика проявления тревожности и психоэмоционального напряжения у детей.

Значительная часть проблем решается при сопоставлении позиций и взглядов на воспитание ребенка со стороны родителей и педагогов.

В случаях с низкими показателями по двум оценкам, данным и родителями, и воспитателями уместно рассмотреть пункты с высокими показателями и использовать сильные стороны ребенка для оптимального улучшения адаптации.

На втором этапе проводится психопрофилактическая и развивающая работа, направленная на снятие проблем, возникших на начальном периоде адаптации детей к условиям ДОО.

Психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов

Существует проблема адаптации каждого отдельного ребенка с выраженной индивидуальностью к общим условиям детского дошкольного учреждения, иначе говоря – к предъявляемым социально-общественным требованиям.

Первая информация от взрослых о ДОО играет важную роль для ребенка. Как относятся к этому родители, какие цели ставят, отдавая ребенка в дошкольное образовательное учреждение

Детский сад дает ребенку хорошую возможность видаться со своими одноклассниками, играя и развлекаясь в их обществе, получить необходимый опыт общения с товарищами (контактный, общительный ребенок без труда войдет потом и в коллектив начальной школы, а это само по себе немало важно).

В детском саду приобретаются определенные знания и навыки, необходимые для всестороннего развития ребенка, а также для успешного продолжения обучения в школе.

Положительный эффект имеют следующие рекомендации для родителей:

- целесообразно, примерно за месяц до того, как ребенок начинает посещать детский сад, поменьше, чем обычно, быть рядом с ним;

- подробно рассказать ребенку о детском саде, чтобы у него сложилось собственное положительное представление о нем;
- вести себя так, чтобы ребенок почувствовал гордость родителей за него – ведь он уже такой большой, что может ходить в детский сад;
- и, наконец, не делать из указанного события проблему, не обсуждать каждый день предстоящие перемены в жизни ребенка.

Обычно внимание родителей и детей сосредотачивается на прием в детский сад, но при этом дети нередко становятся свидетелями слез и отрицательных эмоций других детей, что негативно может сказаться и на их настроении. Поэтому приход новичков попозже облегчает их адаптацию в детском саду.

Высокую эффективность имеет создание такой обстановки, когда у ребенка складывается ощущение непрерывной связи между жизнью в детском саду и дома.

При этом очень важно, чтобы родители и воспитатели действовали согласованно, соблюдали одинаковый подход к ребенку в семье и в детском саду.

Не всегда педагогам и родителям удается облегчить процесс привыкания детей к условиям общественного воспитания. На это влияет множество факторов. Между тем, проходит время, а в группе остаются «неадаптированные» или впоследствии трудновоспитуемые дети, у которых уже сформировались нежелательные черты характера.

Проведение обследования на контрольном этапе

В рамках проведения контрольного этапа сравниваются результаты по «картам наблюдений» (1 и 2 части) за детьми в начале адаптационного периода (первая неделя) и через месяц посещения ими детского сада.

Сравнительный анализ психоэмоционального состояния детей

На данном этапе сравниваются по идентичным параметрам характеристики состояния детей, данные родителями и воспитателями, в период адаптации ребенка к ДОО.

На основании данных протоколов результаты анализируются, подводятся итоги проделанной работы. Для детей с проблемами адаптации составляются реабилитационные маршруты профилей и направлений.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Проведение обследования и обработка данных

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Ф.И.О. заполняющего анкету

2. Фамилия, имя ребёнка,
возраст _____

3. **Какое настроение чаще всего бывает у вашего ребёнка?**

4. а) бодрое, уравновешенное
б) неустойчивое, раздражительное
в) подавленное

5. **Какой у вашего ребёнка аппетит?**

6. а) хороший
б) избирательный, неустойчивый в) плохой

7. **Как ваш ребёнок засыпает?**

- а) быстрое засыпание (до 15 мин)
б) неустойчивое
в) медленное

8. **Как он спит?**

- а) продолжительность сна соответствует возрасту
б) неустойчивая продолжительность сна
в) не соответствует возрасту

9. **Умеет ли он самостоятельно играть?**

10. а) умеет
б) не всегда
в) самостоятельно не играет

11. **Легко ли идёт на контакт с другими взрослыми?**

12. а) легко
б) избирательно
в) трудно

13. **Как переносит разлуку с матерью (отцом)?**

- а) легко, быстро успокаивается
б) через некоторое время успокаивается в) тяжело

14. **Нет ли у вашего ребёнка привычки сосать большой палец, грызть ногти, часто хныкать, тербить кончик носа и др.? (укажите)**

15. **Какие сложности вы испытываете в воспитании ребёнка?**

Обработка результатов

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Какое настроение чаще всего бывает у вашего ребёнка?
 - а) бодрое, уравновешенное - 3 балла;
 - б) неустойчивое, раздражительное - 2 балла;
 - в) подавленное - 1 балл.
2. Какой у вашего ребёнка аппетит?
 - а) хороший - 3 балла;
 - б) избирательный, неустойчивый - 2 балла;
 - в) плохой – 1 балл.
3. Как ваш ребёнок засыпает?
 - а) быстрое засыпание (до 15 мин) – 3 балла;
 - б) неустойчивое - 2 балла;
 - в) медленное – 1 балл.
4. Как он спит?
 - а) продолжительность сна соответствует возрасту – 3 балла;
 - б) неустойчивая продолжительность сна - 2 балла;
 - в) не соответствует возрасту – 1 балл.
5. Умеет ли он самостоятельно играть?
 - а) умеет – 3 балла;
 - б) не всегда - 2 балла;
 - в) самостоятельно не играет -1 балл.
6. Легко ли идёт на контакт с другими взрослыми?
 - а) легко – 3 балла;
 - б) избирательно - 2 балла;
 - в) трудно – 1 балл.
7. Как переносит разлуку с матерью (отцом)?
 - а) легко, быстро успокаивается – 3 балла;
 - б) через некоторое время успокаивается - 2 балла;
 - в) тяжело – 1 балл.

КАРТА НАБЛЮДЕНИЙ

Фамилия, имя ребёнка, возраст _____

Дата заполнения: 1-й части _____ 2-й части _____

Параметры	Характеристика	1 часть	2 часть
1. Настроение	бодрое, уравновешенное		
	неустойчивое, раздражительное		
	подавленное		
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 15 мин)		
	неустойчивое		
	неспокойное, медленное		
3. Длительность и характер сна	Спокойный, соответствует возрасту		
	неустойчивый		
	неспокойный, не соответствует возрасту		
4. Аппетит	хороший		
	избирательный, неустойчивый		
	плохой		
5. Навыки самообслуживания	соответствует возрасту		
	не всегда		
	не соответствует возрасту		
6. Инициативность в игре	умеет найти себе дело		
	не всегда		
	нет		
7. Инициативность во взаимоотношениях с	вступает в контакт сам		
	не всегда		

взрослыми	сам не вступает в контакт		
8. Результативность действий	доводит начатое дело до конца		
	не всегда		
	не доводит		
9. Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно		
	не всегда		
	сам не играет		
10. Идёт на контакт с взрослыми	легко		
	избирательно		
	трудно		
11. Идёт на контакт с детьми	Легко		
	Избирательно		
	трудно		
12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет интерес к окружающему		
	отрывается не сразу		
	периодически возвращается, плачет		
Общий балл			
Средний балл			

«Карта наблюдений»

«Карту наблюдений» за детьми предлагается заполнить воспитателям для оценивания психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации (1 часть) и через месяц посещения ими детского сада (2 часть).

Инструкция: «Заполните, пожалуйста, первую часть бланка. Ставьте знак (+) рядом с выбранной Вами характеристикой, отражающей состояние ребёнка в первые дни (конец первой недели) посещения детского сада».

Основные позиции критериев оценки заложены по следующим параметрам: характеристика сна, аппетита, самостоятельности в игре, контакта с взрослыми, реакции на расставание с матерью.

Инструкция: «Заполните, пожалуйста, вторую часть бланка. Ставьте знак (+) рядом с выбранной Вами характеристикой, отражающей состояние ребёнка в данный период (через месяц посещения ими детского сада)».

Обработка результатов

Результаты оцениваются следующим образом

Параметры	Характеристика	баллы
1. Настроение	бодрое, уравновешенное	3
	неустойчивое, раздражительное	2
	подавленное	1
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 15 мин)	3
	неустойчивое	2
	неспокойное, медленное	1
3. Длительность и характер сна	Спокойный, соответствует возрасту	3
	неустойчивый	2
	неспокойный, не соответствует возрасту	1
4. Аппетит	хороший	3
	избирательный, неустойчивый	2
	плохой	1
5. Навыки самообслуживания	соответствует возрасту	3
	не всегда	2
	не соответствует возрасту	1
6. Инициативность в игре	умеет найти себе дело	3
	не всегда	2
	нет	1
7. Инициативность	вступает в контакт сам	3

во взаимоотношениях с взрослыми	не всегда	2
	сам не вступает в контакт	1
8. Результативность действий	доводит начатое дело до конца	3
	не всегда	2
	не доводит	1
9. Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно	3
	не всегда	2
	сам не играет	1
10. Идёт на контакт с взрослыми	легко	3
	избирательно	2
	трудно	1
11. Идёт на контакт с детьми	Легко	3
	Избирательно	2
	трудно	1
12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет интерес к окружающему	3
	отрывается не сразу	2
	периодически возвращается, плачет	1
Общий балл		
Средний балл		

Выявление уровня адаптации ребёнка к детскому саду проводится из расчета суммирования баллов по всем параметрам и определения среднего балла.

ГРАДАЦИЯ УРОВНЕЙ АДАПТАЦИИ

ЛЁГКАЯ адаптации, если у ребёнка присутствуют признаки успешной адаптации в большинстве случаев и средний балл по «Карте наблюдений» составляет **2,6-3 балла**. (возможна заболеваемость 1 раз в месяц не более 5-7 дней)

СРЕДНЯЯ адаптация, если у ребёнка присутствуют признаки успешной адаптации, но в большинстве случаев отмечены неустойчивые признаки адаптации и средний балл по «Карте наблюдений» составляет **2,1 – 2,5 балла**.

ТРУДНАЯ адаптация, если у ребёнка на фоне неустойчивых признаков отмечаются и признаки дезадаптивного поведения.

Средний балл по «Карте наблюдений» составляет **1,6-2 балла.Примечание.** Если у ребёнка присутствуют признаки успешной адаптации, но в течение месяца он болел 2 раза (не более 10 дней) – адаптация признаётся средней степени.

Сравнительный анализ психоэмоционального состояния детей

На данном этапе можно сравнить по идентичным параметрам характеристики состояний детей, данные родителями и воспитателями, в период адаптации ребёнка к детскому учреждению.

На основании данных протоколов можно выстраивать графики, отражающие групповые показатели. Результаты анализируются. Подводятся итоги проделанной работы. Для детей с проблемами адаптации составляются реабилитационные маршруты.

Параметры	Характеристика	Анкета	2
		Для	часть
		родите- лей	
Засыпание	спокойное, быстрое		
	неустойчивое		
	неспокойное, медленное		
Сон	Спокойный, соответствует		
	возрасту		
	неустойчивый		
	неспокойный, не соответствует		
Аппетит	хороший		
	избирательный, неустойчивый		
	плохой		
Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно		
	не всегда		
	сам не играет		
Идёт на Контакт взрослыми	легко		
	избирательно		
	трудно		
Реакция на отрыв от матери	переносит легко		
	Через некоторое время		
	тяжело		