

Особенности адаптации детей дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения.

Существуют три фазы адаптационного процесса:

1. *Острая фаза* – сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии; фаза длится в среднем один месяц.

2. *Подострая фаза* – характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средневозрастными нормами; фаза длится 3 – 5 месяцев.

3. *Фаза компенсации* – характеризуется ускорением темпа развития, и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии.

4.

	Острая фаза	Подострая фаза	Фаза компенсации
5-6 лет	С интересом рассматривает все. Ходит по группе, берет все в руки, рассуждает. Присматривается к сверстникам, наблюдает за игрой. Речь в пределах нормы. Спокойно лежит, не спит. Аппетит снижен, все «пробует».	Выполняет все по режиму, владеет навыками самообслуживания. Оживлен, активен, выполняет поручения воспитателя. Избирательно участвует в играх. Сон спокойный, аппетит избирательный.	Активен, оживлен. Находит партнера по игре. Речь в норме, коммуникабелен, познавательный интерес развит. Сон спокойный, аппетит хороший.

При этом различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- *легкая адаптация* – поведение нормализуется в течение 10 – 15 дней; ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения;

- *адаптация средней тяжести* – сдвиги нормализуются в течение месяца, ребенок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5 – 7 дней, есть признаки психического стресса;

- *тяжелая адаптация* – длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Особенности поведения и проявления эмоций у ребенка, адаптирующегося к условиям детского сада.

1. **Отрицательные эмоции** – как правило, встречаются в основном у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новым условиям. Обычно появления различны: от еле уловимых до депрессии. Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что, хоть на время у малыша все негативные эмоции внезапно

отстают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда

малыш во власти новизны. В палитру плача входит также и «плач за компанию», которым уже почти адаптированный к саду ребенок поддерживает «новичков», пришедших в группу. Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.

2. **Страх** – спутник отрицательных эмоций. Впервые придя в детский сад, ребенок во всем видит лишь «скрытую угрозу». Поэтому он много боится, и страх преследует его буквально по пятам, гнездится в нем самом. Ребенок боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, боится новых воспитателей, а главное того, что мама забудет его, уйдя из детского сада на работу.

3. **Гнев** – порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который порывается наружу. Гнев и агрессия могут проявляться даже без повода.

4. **Положительные эмоции** – противовес отрицательным эмоциям. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда ребенок находится под действием ориентировочного рефлекса (эффекта новизны). Чем легче адаптируется ребенок, тем раньше проявляются положительные эмоции, возвещающие о завершении адаптационного процесса.

5. **Социальные контакты** – коммуникабельность ребенка – это положительный момент для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время стараются держаться обособленно. Подальше от детей и воспитателя. Но как только ребенок сумеет наладить контакты в группе – это и будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации. Мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней. Для эмоционально не развитых детей, адаптация наоборот, происходит легко – у них нет сформированной привязанности к матери. У детей старшего дошкольного возраста может быть нарушена адаптация, если у ребенка:

- Есть заболевание, нарушающие работу нервной системы. Например, при СДВГ дети не внимательны, импульсивны, слишком активны, что является причиной отвержения их окружающими.

- Особенности эмоционально-волевой сферы, среди которых можно выделить повышенный уровень тревожности, агрессии, медлительность, застенчивость.

- Не сформированности коммуникативных умений, трудности в общении со сверстниками и взрослыми.

6. **Познавательная деятельность** – также угасает и снижается на фоне стрессовых реакций. Поскольку в дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, то нередко, ребенок не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими в период адаптации. Ребенку не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним.

7. **Социальные навыки** – в состоянии стресса ребенок может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям детского сада, он «вспоминал» вдруг забытые им навыки, вместе с тем усваивал новые.

8. **Особенности речи** – у некоторых детей на фоне стресса меняется речь. Скудеет словарный запас. В построении предложений ребенок больше использует глаголы, практически не использует существительных. Предложения из многосложных становятся односложными. В ответах на вопросы часто отвечает «да» или «нет». Такая речь – итог тяжелой адаптации. При легкой – она или не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако

в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

9. **Двигательная активность** – во время адаптационного периода довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или, наоборот, гиперактивен.

10. **Сон** – вначале сон отсутствует совсем или ребенок постоянно просыпается. Не успеешь его уложить, как он уже сидит, рыдая на кровати. Сон ребенка в этот период беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет спокойно спать.

11. **Аппетит** – чем сложнее проходит адаптация ребенка, тем хуже его аппетит или, наоборот, аппетит слишком высокий. Нормализация пониженного или повышенного аппетита, как правило, происходит к концу адаптационного периода.