



Работа педагога-психолога по адаптации детей к детскому саду в группе раннего возраста

*Педагог-психолог
Соколенко Наталья Юрьевна*

Курск 2025 г.

Проблема адаптации детей к детскому саду весьма актуальна, так как большинство детей с большими трудностями входит в новые для них условия. От того, как проходит привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям, зависит его физическое и психическое развитие, заболеваемость, а также дальнейшее благополучие, существование в детском саду и семье.

До поступления в деткой сад ребенок находится в привычном для него окружении, и новые условия побуждают его к изменению привычных жизненных стереотипов. Изменение привычной жизненной ситуации (приход в детский сад), с одной стороны, может сказаться на развитии ребенка (положительно или отрицательно), с другой стороны, индивидуальные особенности и предварительная подготовка к детскому саду в семье во многом определяют, насколько успешно пройдет процесс приспособления к новым условиям.

Детский сад для детей раннего и младшего дошкольного возраста является первым внесемейным институтом, с которым они вступают в контакт. Поступление в детский сад и начальный период нахождения в группе характеризуются существенными изменениями окружающей среды, образа жизни и деятельности и способно вызвать эмоциональный стресс.

Так как период поступления в детский сад сложен для детей, то их адаптацией занимается команда специалистов, и одним из них является психолог.

Адаптация

Процесс приспособления человека к новым условиям социально ситуации развития, формирования внутреннего и внешнего отношения к новым нормам и правилам и включения в систему межличностных отношений в группе новых людей.

Адаптация к детскому саду

Процесс взаимодействия ребенка с новым местом, сверстниками, взрослыми, правилами, эмоционально чувственное приспособление психики к новым социальным условиям.

При планировании и проведении адаптационных мероприятий педагог - психолог обязательно учитывает фазы адаптации ребенка к детскому саду, которые закономерно сменяют друг друга.

1. Острая фаза.

Колебания в соматическом состоянии и психике, приводящие к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу (откату) в речевом развитии. Продолжительность данной фазы примерно 1 месяц.

2. Подострая фаза.

Адекватное поведение ребенка: все сдвиги уменьшаются и проявляются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами. Продолжительность данной фазы 3 – 5 месяцев.

3. Фаза компенсации.

Рост темпа развития: окат в развитии прекращается, дети возвращаются в привычное комфортное состояние. Как правило, это происходит к концу учебного год. преодолевают задержку темпов развития

Адаптация к детскому саду – процесс непростой и длительный. Педагог-психолог строит свою работу с детьми, принимая во внимание последовательно сменяющие друг друга этапы адаптационного процесса.

I этап – подготовительный, который начинается за 1 – 2 месяца до поступления в детский сад. На этом этапе важно сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. Это делается в домашних условиях постепенно. Необходимо сформировать элементарные навыки самостоятельности (самостоятельность при приеме пищи, одевании и раздевании, в игровой деятельности), что помогает ребенку отвлечься от переживаний, связанных с его неумениями, на время сгладить остроту отрицательных эмоций.

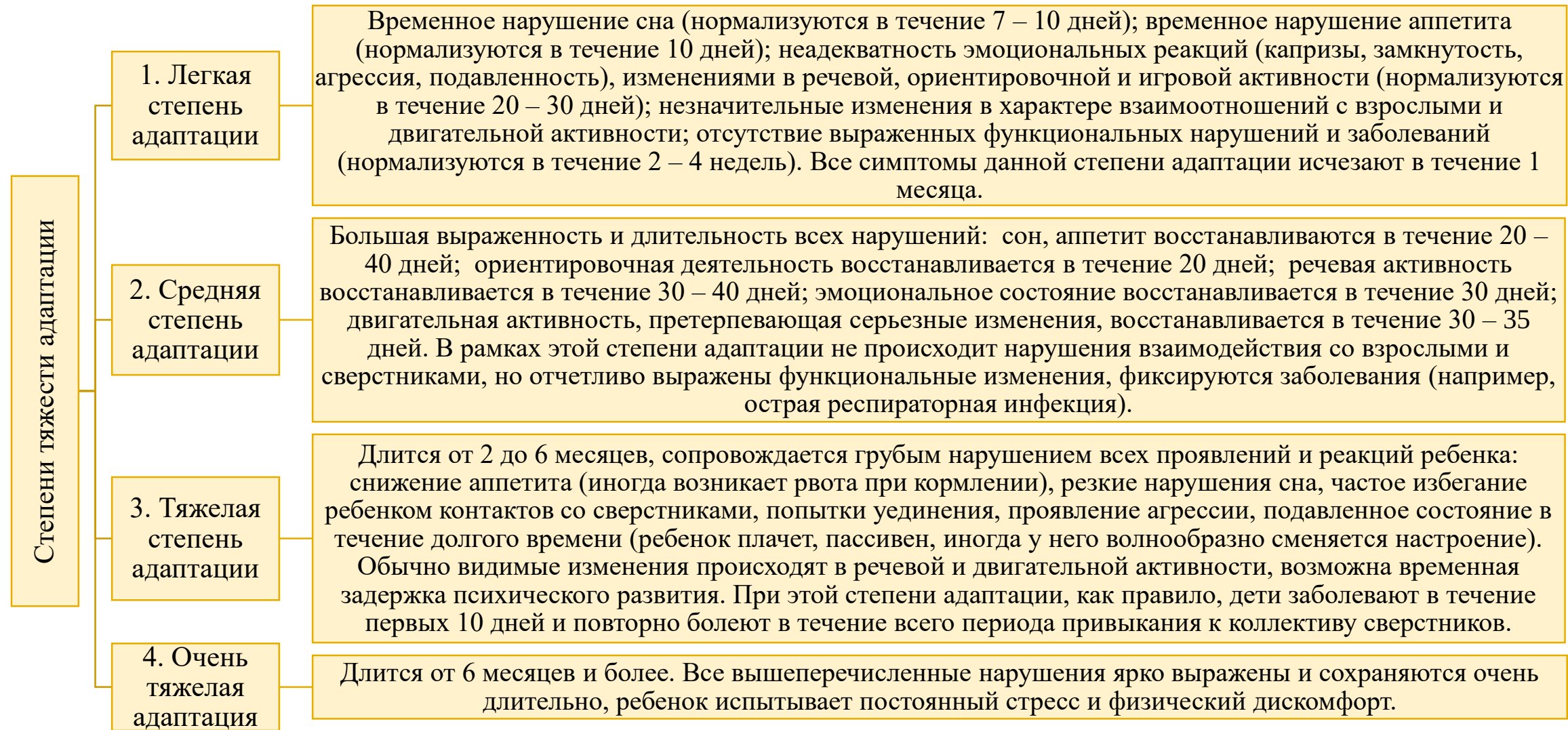


II этап – основной, направленный на создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, сможет найти подход к нему значительно быстрее и точнее, а ребенок раньше начнет доверять воспитателю, будет чувствовать себя физической и психической защищенным.

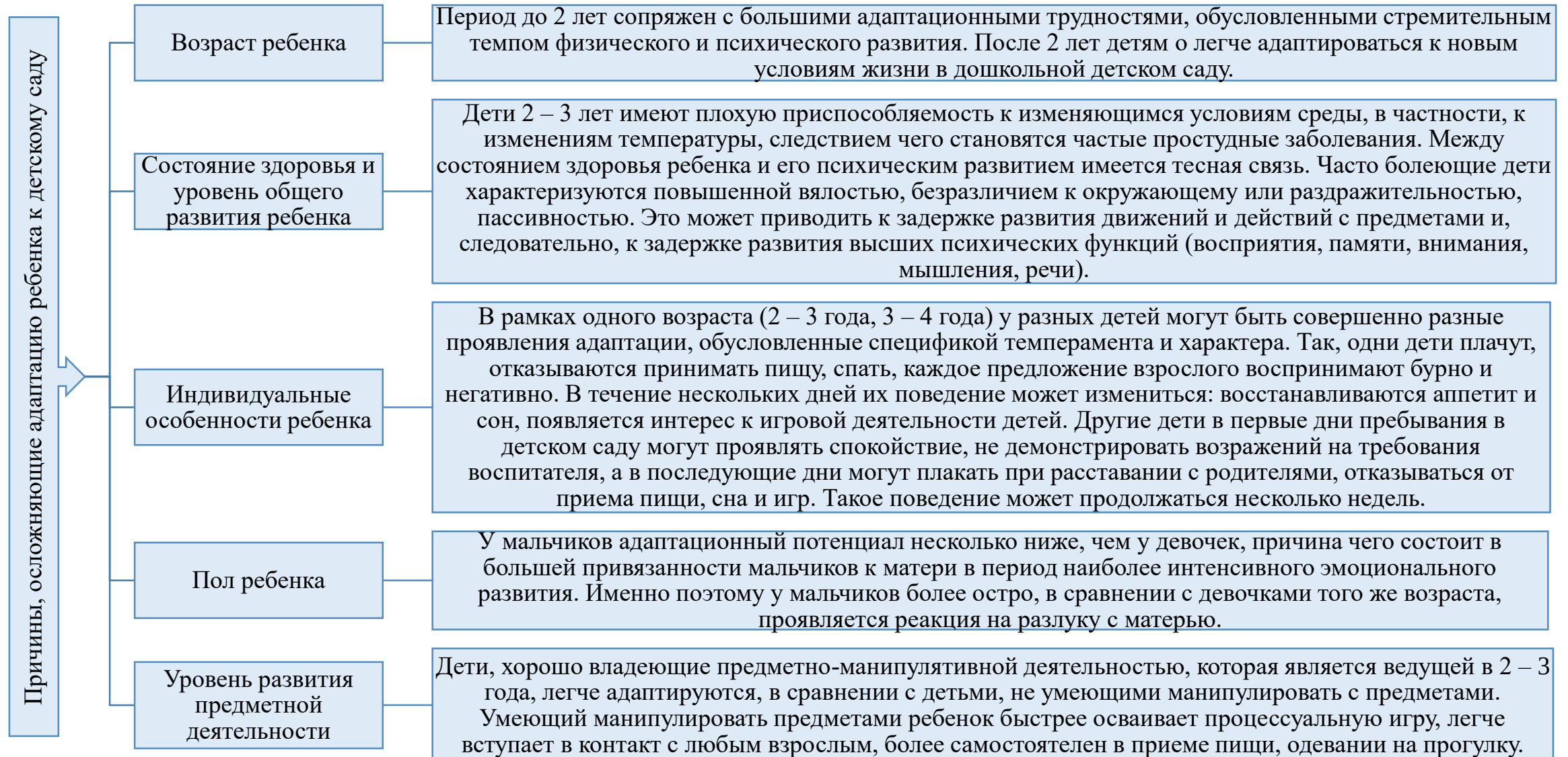


III этап – заключительный, когда ребенок начинает посещать детский сад по 2 – 3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. При привыкании, в первую очередь, нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

Все дети, поступающие в детский сад, абсолютно разные, и адаптация может протекать у них по-разному. В одной группе, как правило, бывают дети с разной степенью адаптации.



В основе адаптационных трудностей могут лежать разные причины и их комбинации. Знание их помогает педагогу- психологу и родителям облегчить привыкание ребенка к детскому саду.



Понять, насколько успешно или неуспешно протекает у ребенка адаптация к детскому саду, можно по двум главным критериям.



Педагог- психолог помогает детям адаптироваться к детскому саду, работая индивидуально с ребёнком, родителями и педагогами.



Педагог-психолог регулярно готовит информационные материалы для родителей по адаптации и размещает их в приемном помещении группы.

Несколько рекомендаций педагога- психолога родителям

1. Подготовка заранее.

Рассказывайте о садике позитивно (но без приукрашиваний). Например: «Там будет много игрушек, дети играют, воспитатели читают сказки». Приблизьте режим дня к садовскому (ранний подъем, дневной сон, прием пищи по расписанию). Научите базовым навыкам самообслуживания (кушать ложкой, одеваться, проситься в туалет).

2. Постепенное привыкание.

Начинайте с коротких посещений (1 – 2 часа), постепенно увеличивая время. Не затягивайте прощание – долгие объятия и тревожный взгляд усиливают тревогу ребенка. Можно дать «оберег» (игрушку, платочек с маминым запахом).



3. Эмоциональная поддержка.

Не обесценивайте переживания («Не реви, тут не страшно»), а проговаривайте чувства: «Я понимаю, ты скучаешь. Давай вечером вместе поиграем». Не пугайте садиком («Будешь плохо себя вести – оставлю в саду!»). Создайте ритуал прощания (поцелуй в ладошку, воздушный поцелуй, специальное слово).

4. Адаптация родителей.

Следите за своей тревогой – дети чувствуют напряжение. Не спрашивайте: «Тебя обижали?» (это формирует негативное восприятие). Лучше: «Во что сегодня играл? Что было вкусного?». Разрешите себе не идеализировать садик – если ребенку тяжело, можно иногда делать «выходные».

5. Если ребенок не хочет идти в сад.

Разберитесь в причинах (страх разлуки, конфликты с детьми, строгий воспитатель). Играйте в «детский сад» дома (куклы ходят в садик, мишка прощается с мамой).

Подборка литературы для родителей детей, поступающих в детский сад от педагога -психолога ДОО № 70:

Для родителей

1. «Мой ребенок с удовольствием ходит в детский сад» – Анна Быкова. Практические советы психолога, как помочь ребенку привыкнуть к садику без стресса.
2. «Адаптация ребенка к детскому саду» – Светлана Шишкова. Разбор типичных проблем и способы их решения.
3. «Ваш ребенок идет в детский сад» – Елена Кравцова. О подготовке к саду, режиме и эмоциональной поддержке.
4. «Как подготовить ребенка к детскому саду» – Юлия Гиппенрейтер. Рекомендации от известного психолога о мягкой адаптации.
5. «Тайная опора» – Людмила Петрановская. Не только про садик, но про привязанность и доверие, что важно для адаптации.

Для детей (художественные книги)

6. «Я иду в детский сад» – Ольга Громова (серия про зайчика Степу). Добрая история о первом дне в садике.
7. «Зайка идет в садик» – Юлия Кузнецова. Помогает ребенку понять, что ждет его в саду.
8. «Кротик в детском саду» – Зденек Милер. Милая сказка о том, как Кротик осваивается в новом месте.
9. «Ладушки-ладошки» – Елена Благинина. Стихи и потешки, которые можно использовать для подготовки к режиму садика.
10. «Саша и Маша в детском саду» – Анни Шмидт. Веселые истории о жизни в садике.



Спасибо за внимание!

