



## Лекция 4.

# АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОУ

## Сущность понятия «адаптация»

**Адаптация** (от лат. - приспособлять) - в широком смысле - приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

**Адаптация к условиям дошкольного учреждения** - процесс вхождения ребенка в новую для него среду и болезненное привыкание к ее условиям.

Поступление ребенка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением:

1. окружающей его среды
2. режима дня
3. характера питания
4. системы поведенческих реакций (динамического стереотипа)

***Поступление ребенка в ДОО приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни***

## На процесс адаптации ребенка влияют:

- достигнутый уровень психического и физического развития,
- состояние здоровья,
- степень закаленности,
- сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками,
- личностные особенности самого малыша, уровень тревожности и личностные особенности родителей

***Дети, имеющие отклонения в этих сферах труднее адаптируются к новым микросоциальным условиям.***

***У них может развиваться эмоционально-стрессовая реакция, приводящая к нарушению здоровья.***

## Три фазы адаптационного процесса:

- **Острая фаза**, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе. Что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);
- **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 средними возрастными нормами (длится 3-5 месяцев);
- **Фаза компенсации** характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Важнейший компонент адаптации – согласование самооценок и притязаний ребенка с его возможностями и реальностью социальной среды.

## Основные критерии адаптации ребенка к условиям ДОУ:

- поведенческие реакции;
- уровень нервно – психического развития;
- заболеваемость и течение болезни;
- главные антропометрические показатели физического развития (рост, вес).

## Основные критерии успешной адаптации:

- **внутренний комфорт** (эмоциональная удовлетворенность)
- **внешняя адекватность поведения** (способность легко и точно выполнять требования среды)



# Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

## Легкая адаптация:

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- аппетита (норма по истечении 10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20-30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает. Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно).



# Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

## Средняя адаптация:

*все нарушения выражены более и длительно:*

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней,
- ориентировочная деятельность (20 дней),
- речевая активность (30-40 дней),
- эмоциональное состояние (30 дней),
- двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней,
- взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается,
- функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).

# Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

## Тяжелая адаптация (от 2 до 6 месяцев)

сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка

- снижение аппетита (иногда возникает рвота при кормлении),
- резкое нарушение сна,
- ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии,
- подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения)
- обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии
- как правило, дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

## Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

**Очень тяжелая адаптация:** около  
полугода и более.

Встает вопрос, – *стоит ли ребенку  
оставаться в детском саду,*  
возможно, он «несадовый» ребенок.

## Этапы адаптационного периода:

### I этап – подготовительный

- Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. **Задача этого этапа** – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка от переутомления.

## Этапы адаптационного периода:

### II этап – основной

- Главная **задача данного этапа** - 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 ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

## Этапы адаптационного периода:

### III этап – заключительный

- Ребенок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

## Условия успешной адаптации:

- Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе;
- Работа с родителями, которую необходимо начинать до поступления ребенка в сад;
- Правильная организация игровой деятельности в адаптационный период, направленная на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок - ребенок".



## Адаптационный период считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими,
- Играет