

Адаптация к детскому саду детей среднего возраста

Воспитатель: Мельгош Р.И.

Возраст 4-5 лет представляет собой оптимальный период для начала посещения ребенком детского сада. Однако, несмотря на кажущуюся самостоятельность, поступление в дошкольное учреждение сопряжено для ребенка со значительными изменениями, которые не всегда протекают бесследно. Новая обстановка, незнакомые взрослые и сверстники требуют времени для адаптации. В одних случаях этот период занимает несколько дней или недель, в других же может растянуться на месяцы.

Задача воспитателя заключается в разрешении возникающих противоречий посредством развивающих игр и индивидуального подхода. Переход в новую группу и начальный этап пребывания в детском саду сопровождаются кардинальными изменениями в окружающей среде, образе жизни и деятельности ребенка. Степень подготовленности ребенка в семье напрямую влияет на течение адаптационного периода и его дальнейшее развитие. Успешная адаптация к новому режиму и незнакомым людям способствует физическому и психическому благополучию, снижению заболеваемости, а также обеспечивает комфортное пребывание в детском саду и гармоничные отношения с семьей. Благоприятные бытовые условия, соблюдение режима питания и сна, спокойная атмосфера в семье являются основой для успешной адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

Для облегчения адаптационного периода необходима профессиональная помощь семье, которую может оказать детский сад, став открытой площадкой для обсуждения вопросов развития и воспитания. В период адаптации у детей могут наблюдаться нарушения аппетита, сна и эмоционального состояния, а также утрата ранее сформированных положительных привычек и навыков. В отношениях с близкими могут проявляться эмоциональная возбудимость, плач и крик при расставании и встрече. Однако при поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, быстрее адаптируясь к новой ситуации. Тяжелая адаптация, характеризующаяся медленной нормализацией эмоционального состояния, является нежелательной и может длиться несколько месяцев. В этот период ребенок подвержен повторным заболеваниям, часто протекающим с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения.

Симптомы тяжелой адаптации включают затрудненное засыпание, прерывистый сон, вскрикивания и плач во сне, снижение аппетита, отказ от еды, невротическую рвоту и недержание стула. Реакции ребенка направлены на выход из дискомфортной ситуации и могут проявляться в виде активного

эмоционального состояния (плач, крик, агрессия, двигательный протест) либо пассивности с выраженными отрицательными реакциями (тихий плач, хныканье, подавленность, напряженность). В отношениях с детьми ребенок может избегать контактов, проявлять агрессию или отказываться от участия в совместной деятельности. В некоторых случаях наблюдается задержка речевого развития.

Факторы, влияющие на течение адаптационного периода:

- Возраст ребенка. Дети в возрасте до двух лет адаптируются сложнее, чем дети старше двух лет, благодаря их большей любознательности и опыту поведения в различных ситуациях.
- Состояние здоровья и уровень развития ребенка. Здоровый и хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.
- Сформированность предметной и игровой деятельности. Ребенка с развитыми навыками игровой деятельности легче заинтересовать новыми игрушками и занятиями.
- Индивидуальные особенности. Дети одного возраста могут по-разному реагировать на поступление в детский сад. Некоторые дети проявляют бурный протест, другие – внешнее спокойствие, которое может смениться плачем и отказом от деятельности в последующие дни. Такие дети нуждаются в особой поддержке воспитателя и родителей, так как подавленное эмоциональное состояние может привести к заболеванию.
- Условия жизни в семье. Создание режима дня, соответствующего возрасту и индивидуальным особенностям ребенка, формирование у него необходимых умений и навыков (игра с игрушками, общение со взрослыми и детьми, самообслуживание) играют важную роль в успешной адаптации. Детям из семей, где не были созданы условия для полноценного развития, сложнее привыкнуть к условиям дошкольного учреждения. Мальчики часто более уязвимы в период адаптации, так как сильнее привязаны к матери и болезненнее реагируют на разлуку с ней. Единственные дети в семье, особенно чрезмерно опекаемые и зависимые от матери, также могут испытывать трудности в адаптации из-за привычки к исключительному вниманию и неуверенности в себе.

