ЮЗОУО ДО г. Москвы ГБОУ детский сад № 1492

«Комплексное психолого-педагогическое сопровождение периода адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада».

Система работы по комплексному психолого-педагогическому сопровождению участников педагогического процесса (педагоги, родители, дети) в ГБОУ детский сад № 1492 призвана обеспечить адаптацию ребенка младшего дошкольного возраста к условиям детского сада с минимальными потерями в плане психического, физического и социального здоровья. Разработана и опробована педагогом-психологом Горяйновой Натальей Анатольевной

Для ребенка детский сад является новым, еще не известным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. При поступлении в ДОУ жизнь ребенка существенным образом меняется: отсутствие родителей или других близких взрослых, другой стиль общения, строгий режим дня, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного. Неприятные переживания малыша, подогреваются сильной привязанностью к матери и страхом быть брошенным. Сложность также состоит в том, что ребёнок не всегда может выразить свои ощущения и переживания: «Я боюсь остаться один!», «Мне трудно ложкой есть запеканку!», «Я не могу справиться с колготками!» и т. д. Эти переживания выражается словами: «Хочу к маме!». За ними стоит желание вернуться в комфортную и спокойную для себя среду, воплощением которой является мама. Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.). Ребёнок переживает адаптационный стресс

Приемлемым возрастом для начала посещения детского сада считается 3-летний возраст. В это время малыш начинает воспринимать себя отдельной личностью. **Понижение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения (с 2 лет), делают проблему привыкания младшего дошкольника к условиям детского сада особенно актуальной.** Адаптивные возможности ребенка раннего и младшего дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к развитию дезадаптации, эмоциональным нарушениям, неврозам или, в тяжелых случаях, замедлению темпа психофизического развития.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным результатам (адаптированность, т. е. приспособление организма к новой обстановке на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом), или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Характер адаптации зависит от следующих факторов: возраст, состояние здоровья, уровень развития психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, уровень сформированности адаптационных механизмов, опыт общения ребенка со сверстниками и взрослыми, от условий пребывания в детском саду. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройствами сна, аппетита. Процесс привыкания ребенка довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса:

1) 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);

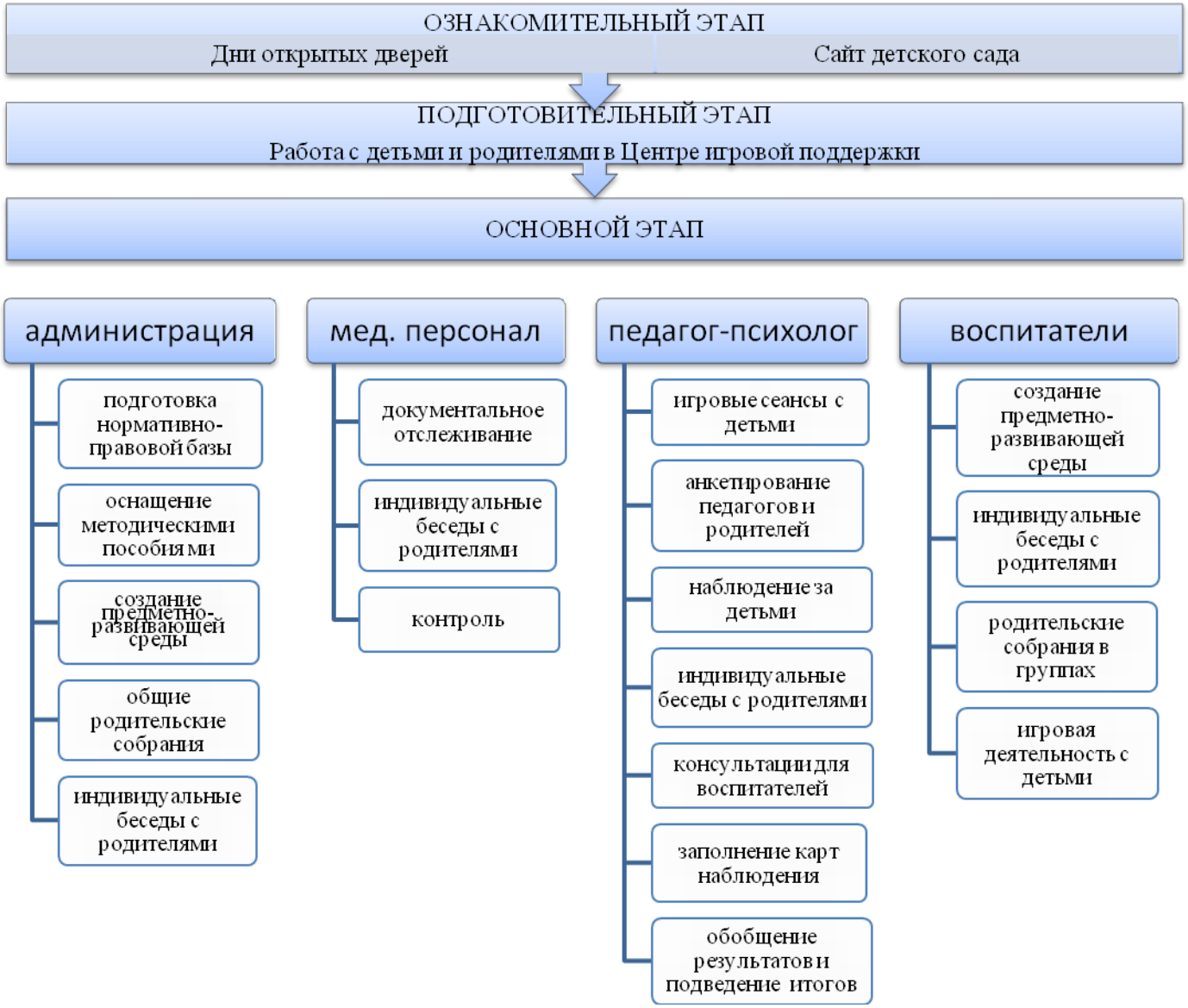
2) подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3—5 месяцев);

3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Основной задачей в период адаптации младшего дошкольника к условиям детского сада является формирование у него положительной установки на детский сад, положительного отношения к нему. Это зависит прежде всего, от педагогов, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Дети раннего возраста эмоциональны, впечатлительны. Им свойственно быстро заряжаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться при сопровождении периода адаптации. Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в детском саду.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, приобрести навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Модель комплексного психолого-педагогического сопровождения адаптации детей в ГБОУ детский сад №1492.



Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение. Поэтому, подготовка к поступлению в детский сад начинается задолго до начала посещения ребенком дошкольного учреждения.

Этапы психолого-педагогического сопровождения периода адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада

1. ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Проведение дня открытых дверей.

- *Знакомство с детским садом*, образовательными проектами, педагогами, традициями. Посещение родителями открытых мероприятий, подготовленными воспитателями и детьми.
- *Индивидуальные и групповые консультации для родителей*: «Как подготовить ребенка к детскому саду?».

Сайт детского сада для обеспечения информационной поддержки родителей в целях повышения качества предоставления образовательных услуг населению, развития информационного пространства округа и обеспечения прозрачности и открытости деятельности образовательных учреждений.

2. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Работа в Центре игровой поддержки с детьми 1-3 лет и их родителями; *Цель:* создание плавного перехода от воспитания в условиях семьи к воспитанию детей в образовательном учреждении**,** ранняя социализация малышей, гармонизация детско-родительских отношений, обеспечение физического, личностного и интеллектуального развития ребенка, адаптация ребенка к поступлению в дошкольное образовательное учреждение.

3. ОСНОВНОЙ ЭТАП

На этом этапе проводится работа по нескольким направлениям:

Консультативное направление:

Работа администрации и педагогического коллектива с родителями в период комплектования групп:

- *Знакомство с группой*, которую будет посещать ребенок, режимом дня детей младшего дошкольного возраста.
- *Информационная поддержка родителей*: Мини-буклеты по темам: «Что такое адаптация к детскому саду?»; «Зачем ходить в детский сад?»; «Мифы, или адаптация родителей к детскому саду».
- *Рекомендуется литература* в помощь родителям при подготовке ребенка к детскому саду: «Как подготовить ребёнка к детскому саду? 49 простых правил»,«Я иду в детский сад! Советы и рекомендации для родителей», «Особенности эмоционального развития детей от 1 до 3-х лет». Консультации психолога.

Заполнение педагогом-психологом со слов родителей психолого-педагогической карты: в которую вносится краткий анамнез развития, пищевые предпочтения, с кем проживает ребенок, с кем проводит время, особенности эмоционально-личностного развития, особенности взаимоотношений с детьми и со взрослыми, привычки ребёнка, особенности игровой деятельности, навыки самообслуживания.

Работа педагога-психолога с воспитателями: Ознакомление с индивидуальными особенностями будущих воспитанников после анализа психолого-педагогических карт. Консультации на темы: *«Особенности поведения детей в период адаптации»; «Как дети приспосабливаются к детскому саду?»; «Почему дети плачут при расставании»; «Формы взаимодействия с семьёй по предупреждению дезадаптации детей к условиям детского сада»; «Психомоторное развитие детей 2-4 лет».* Знакомство с новинками психолого-педагогической литературы по работе с детьми младшего дошкольного возраста.

Диагностическое направление:

Работа педагога-психолога с родителями с начала посещения детьми детского сада;

- *Заполнение анкеты:* «Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка к ДОУ». (Анкета разработана на основании приложения 1 к инструктивно-методическому письму Департамента образования города Москвы «Об организации адаптационного периода при поступлении детей раннего возраста в дошкольные образовательные учреждения» от 23.05.2005 № 2-34-20). По результатам анкетирования педагог-психолог проводит индивидуальные консультации с родителями.

Взаимодействие педагога-психолога с воспитателями с начала работы с группой:

- *Опросник для педагогов:* Психолого-педагогические параметры определения готовности поступления ребенка к ДОУ. (Разработан на основании приложения 1 к инструктивно-методическому письму Департамента образования города Москвы «Об организации адаптационного периода при поступлении детей раннего возраста в дошкольные образовательные учреждения» от 23.05.2005 № 2-34-20)

По результатам обработки анкет и опросников, педагогом-психологом делается сравнительная оценка готовности детей к дошкольному учреждению по оценке родителей и педагогов. На данном этапе видно, насколько объективно родители оценивают готовность своего ребенка к детскому саду. Заполняется сводная таблица готовности детей группы к детскому саду. (см. Приложение 1)

Также по результатам обработки опросников составляется прогноз адаптации воспитанников группы к ДОУ в по параметрам: *Готовы к детскому саду , Условно готовы к детскому саду, Не готовы к детскому саду.*(см. Приложение 1)

Наблюдение за детьми в адаптационный период.

- *Ведение педагогами листа адаптации* (приложение 2 к инструктивно-методическому письму Департамента образования города Москвы «Об организации адаптационного периода при поступлении детей раннего возраста в дошкольные образовательные учреждения» от 23.05.2005 № 2-34-20).
- *Ежедневное заполнение педагогом-психологом диагностической карты* уровня адаптированности детей младшего дошкольного возраста к условиям детского сада в котором оцениваются следующие параметры: общий эмоциональный фон поведения, познавательная и игровая деятельность, взаимоотношения со взрослыми, взаимоотношения с детьми, отношение к приему пищи, сон, реакция на изменение привычной ситуации**.** Каждый параметр оценивается по 3-х бальной системе, полученное число баллов делится на количество параметров и вычисляется средний балл. Максимальное число баллов 21. Высокий уровень адаптации 3,0-2,6 б., средний уровень 2,5-1,6 б., низкий уровень адаптации 1,0-1,5 б. *В конце каждой недели пребывания ребенка* в детском саду отслеживается динамика прохождения адаптации. *По окончании периода адаптации* заполняется сводная таблица динамики прохождения адаптации воспитанников группы. (см. Приложение 1)

Психопрофилактическое направление:

Информационная поддержка родителей:

Индивидуальные консультации с педагогом-психологом и воспитателями по вопросам, связанным с процессом привыкания ребенка к детскому саду.

Информационные буклеты по темам: «Что такое адаптация к детскому саду?», «Зачем ходить в детский сад?», «Мифы, или адаптация родителей к детскому саду», «Алгоритм прохождения адаптации», «Как помочь ребенку в период адаптации», «Как облегчить утреннее расставание».

Театрализованные игровые встречи педагога-психолога с детьми в период адаптации к детскому саду: Педагог-психолог ежедневно в группе на протяжении 4-х недель проводит 15 минутные игровые встречи с детьми по авторской программе (Приложение 2). Базовыми средствами работы служат разнообразные игры в стихах с речевым и двигательным сопровождением. Каждой строчке стихотворения или потешки соответствуют определенные движения. Они быстро вовлекают детей в свой ритм, переключают их с дружного плача на дружное хлопанье в ладоши и топанье ногами, объединяют детей, задают положительный эмоциональный настрой. В таких играх даже стеснительные, замкнутые дети постепенно преодолевают внутренний барьер и идут на контакт со взрослыми и сверстниками. Цель – помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются основные задачи:

- *Преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду.*
- *Обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период.*

Параллельно с решением основных задач решаются **задачи комплексного развития детей:**

- *Снятие эмоционального и мышечного напряжения;*
- *Развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;*
- *Развитие внимания, речи, воображения;*
- *Развитие чувства ритма, обшей и мелкой моторики, координации движений;*
- *Развитие игровых навыков, произвольного поведения.*

Структура и форма игровых встреч: Встреча начинается с игры, которая разогревает детей, повышает речевую и двигательную активность, способствует вовлечению их в совместную игровую деятельность, создает положительный эмоциональный фон.

В основную часть входят игры и упражнения, которые дают детям возможность интенсивно двигаться, свободно выражать свои эмоции. В этой части обязательно присутствует сюрпризный момент с элементами театрализованной деятельности.

Заканчивается занятие спокойной, малоподвижной игрой, способствующей расслаблению и снятию мышечного напряжения.

На протяжении одной недели содержание игровой встречи не меняется. Тогда дети хорошо запоминают слова потешек и правила игр. Дети раннего возраста любят повторения. Знакомые игры и упражнения воспринимаются ими легче. Они выполняют их с большим интересом и радостью.

4. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Комплексный анализ адаптационного периода вновь поступивших детей проводится педагогом-психологом по окончании адаптационного периода. (см. Приложение 1)

Рекомендации родителям и педагогам по дальнейшему сопровождению детей в детском саду.

Приложение 1

АНАЛИЗ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА ДЕТЕЙ ГРУППЫ № 1 в 2012-2013 уч. году.

Всего поступивших детей 17 чел .

1. Анкета: Готов ли ребёнок к детскому саду.

Опрошено родителей - 17

Уровень готовности к ДОУ	По оценке родителей	По оценке воспитателей
Готов к д/саду	8 чел.	5 чел.
Условно готов	9 чел.	9 чел.
Не готов к д/саду	-	3 чел.

2. Прогноз адаптации

Готовы к поступлению 5 чел .

Условно готовы 9 чел .

Не готовы 3 чел .

3. Динамика прохождения адаптации.

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Высокий уровень адаптации	36% (6 чел.)	47% (8 чел)	65% (11чел)	76 % (13 чел)
Средний уровень адаптации	36% (6 чел)	35% (6 чел)	35% (6 чел)	24 % (4 чел)
Низкий уровень адаптации	28% (5 чел.)	18% (3 чел)	5% (1 чел)	-

4. Течение адаптации.

Лёгкая адаптация (до 14 дней) 8 чел .

Адаптация средней тяжести (до 30 дней) 9 чел .

Адаптация тяжелая (свыше 30 дней) - .

Дезадаптация - .

Приложение 2

Конспект игровой встречи с детьми 2-3 лет.

1-я неделя.

Материалы и оборудование: разноцветный мяч, плюшевый медвежонок.

Знакомство. Педагог-психолог приходит в группу с разноцветным мячиком. Он приглашает детей встать в круг и посмотреть, какой у него красивый мячик. Нужно дать возможность каждому ребенку его потрогать и рассмотреть. Затем педагог говорит: «Посмотрите, как мой мячик может прыгать (несколько раз бьет мячиком об пол)! Давайте и мы с вами попрыгаем как мячики Читает потешку и вместе с детьми делает движения по тексту.

Игра «Мячики». (повторить 2-3 раза)

Девочки и мальчики прыгают, как мячики. *(прыгают на месте)*

Ножками топают, ручками хлопают, *(топают, хлопают)*

Головой кивают, а после отдыхают. *(кивают головой, делают глубокий вдох-выдох)*

Педагог говорит: «Молодцы, попрыгали, отдохнули, а теперь пойдем, погуляем». Читает стихотворение и вместе с детьми делает движения по тексту.

Игра «Зашагали ножки» (повторить 2-3 раза)

Зашагали ножки: топ-топ-топ, *(шагают на месте)*

Прямо по дорожке: топ-топ-топ. *(шагают на месте)*

Побежали ножки прямо по дорожке, *(бег на месте)*

«Стоп!» *(остановиться)*

Далее психолог говорит: «Бегали, бегали и устали. Давайте глубоко вдохнем и выдохнем (дети делают вдох-выдох 2-3 раза). Как вы все хорошо умеете бегать. Молодцы! Пусть наши ножки немного отдохнут, а мы поиграем немного с пальчиками. Покажите ваши пальчики, вы не забыли их дома?». Дети вытягивают руки вперед, ладони раскрыты, пальцы разведены в стороны. Педагог читает стихотворение и вместе с детьми делает движения по тексту.

Игра «Пальчики пляшут». (повторить 2-3 раза)

Пальчики у нас попляшут: *(сжимают, разжимают кулачки)*

Вот они, вот они!

В кулачки мы пальцы спрячем, *(сжимают кулачки, вращают ими)*

В кулачки, в кулачки!

Пальчики опять попляшут: *(сжимают, разжимают кулачки)*

Вот они вот они!

Мы ладошками помашем: *(машут ладонями на себя)*

«Заходи к нам заходи!»

Педагог: «Посмотрите, кто к нам пришел! (Помощник показывает плюшевого медведя) Это медвежонок. Давайте с ним поздороваемся! Кто знает, как медвежонок ходит? (дети имитируют движения медведя). Он собрался пойти в лес за шишками. Мы пойдём вместе с ним!». Педагог читает стихотворение и вместе с детьми делает движения по тексту.

Игра «Мишка косолапый». (повторить 2-3 раза)

Мишка косолапый по лесу идет, *(шагают, переваливаясь с ноги на ногу)*

Шишки собирает, и в карман кладет. *(наклоняются, подбирают воображаемые шишки)*

Вдруг упала шишка прямо Мишке в лоб, *(ударяют ладошкой себе по лбу)*

Мишка рассердился и ногою – топ! *(хмурятся, топают ногой)*

Больше я не буду шишки собирать. *(крутят головой из стороны в сторону)*

Сяду я в машину *(садятся на корточки, руками держат воображаемый руль)*

И поеду спать. *(кладут сложенные ладони под голову, закрывают глаза)*

Педагог: «Молодцы! Теперь просыпаемся, смотрим, а на улице выглянуло солнышко и нам улыбается. Давайте и мы улыбнёмся солнышку и протянем к нему ручки». Читает стихотворение и вместе с детьми делает движения по тексту.

Игра «Тянемся к солнышку» (повторить 2-3 раза)

Вместе к солнышку тянулись. *(тянутся к потолку, поднимаются на носочки)*

А потом мы все согнулись. *(резко наклоняют корпус вниз, руки свободно свисают)*

Снова к солнышку тянулись……

Педагог: «Молодцы, ребята, очень весело мишке было с вами играть. Давайте похлопаем друг другу и скажем мишке «до свидания» Завтра мишка к вам еще придет».