

Таймырское муниципальное бюджетное  
Дошкольное Образовательное Учреждение «Датский  
сад комбинированного вида «Сказка»

**Консультация в рамках ШМП на тему:  
«Адаптация детей раннего дошкольного  
возраста к условиям ДОУ»**

Выполнила воспитатель группы компенсирующей  
направленности Бражко Дарья Александровна.

Поступление ребенка в детский сад и начальный период нахождения его в группе характеризуются существенными изменениями окружающей среды, его образа жизни и деятельности и способны вызвать эмоциональный стресс.

Это связано с особенностями раннего возраста. Дети отличаются неустойчивостью эмоционального состояния. Разлука с близкими людьми и изменение привычного образа жизни вызывают у детей негативные эмоции и страхи. Длительное пребывание ребенка в стрессовом состоянии может привести к развитию невроза, замедлению темпа психофизического развития.

От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Чтобы период адаптации детей проходил легче, необходима профессиональная помощь семье. На помощь семье должен прийти детский сад. Детский сад должен стать «открытым» по всем вопросам развития и воспитания.

Начнем с того что же такое адаптация? Под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, то есть совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации:

1. внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность);
2. внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

Адаптация психическая – психическое явление, выражающееся в перестройке динамического стереотипа личности в соответствии с новыми требованиями окружающей среды.

Адаптация социальная – процесс и результат освоения ребенком новых для него социальных ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его социального окружения: родителей, учителей, сверстников, людей, всего социума.

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, 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);

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

Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- легкая адаптация – сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

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

- тяжелая адаптация – длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся привычки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.<sup>1</sup>

Сопровождение процесса адаптации ребенка должно основываться на знании его психических, возрастных и индивидуальных особенностей.

В раннем возрасте происходит интенсивное психическое развитие, главными компонентами которого являются:

---

<sup>1</sup> Гуров В.Н. Содержание и организация социальной адаптации личности ребенка в дошкольном учреждении. – Ставрополь, 2009

- предметная деятельность и деловое общение с взрослым;
- активная речь;
- произвольное поведение;
- формирование потребности в общении со сверстниками;
- начало символической игры;
- самосознание и самостоятельность.<sup>2</sup>

Ранний возраст обладает огромными возможностями для формирования основ будущей взрослой личности, особенно ее интеллектуального развития. В это время происходит такое интенсивное развитие мозга, которого не будет ни в один из последующих периодов жизни.

На втором году жизни у ребенка наблюдается развитие предметных действий, на третьем году жизни предметная деятельность становится ведущей. К трем годам у него определяется ведущая рука и начинает формироваться согласованность действий обеих рук.

С возникновением предметной деятельности, основанной на усвоении именно тех способов действия с предметом, которые обеспечивают его использование по назначению, меняется отношение ребенка к окружающим предметам, меняется тип ориентирования в предметном мире. Вместо вопроса: «что это?» – при столкновении с новым предметом у ребенка возникает вопрос: «что с этим можно делать?» (Р.Я. Лехтман-Абрамович, Д.Б. Эльконин).<sup>3</sup>

В тесной связи с развитием предметных действий идет развитие восприятия ребенка, так как в процессе действий с предметами ребенок знакомится не только со способами их употребления, но и с их свойствами – формой, величиной, цветом, массой, материалом и т.п.

Практическая предметная деятельность детей - важный этап перехода от практического опосредования к умственному, она создает условия для последующего развития понятийного, речевого мышления. В процессе выполнения действий с предметами и обозначения действий словами

---

<sup>2</sup> Выготский Л.С. Младенческий возраст. Собр. Соч. в 6т. – Москва: Педагогика, 1984

<sup>3</sup> Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. – Москва: Академия, 2013

формируются мыслительные процессы ребенка. Наибольшее значение среди них в раннем возрасте имеет обобщение. У детей возникают простые формы наглядно-действенного мышления, самые первичные обобщения, непосредственно связанные с выделением тех или иных внешних и внутренних признаков предметов.

В процессе общения с взрослыми на втором году жизни у ребенка формируется эмоциональная реакция на похвалу (Р.Х. Шакуров). Зарождение эмоциональной реакции на похвалу создает внутренние условия для развития самооценки, самолюбия, для формирования устойчивого положительно-эмоционального отношения малыша к себе и к своим качествам.

Изучение индивидуальных особенностей детей требует значительного времени и систематических наблюдений. С этой целью педагогу необходимо вести дневник, записывая в нем особенности поведения воспитанников, делая периодически краткие обобщения результатов наблюдения.

При учете возрастных особенностей развития детей педагог во многом опирается на обобщенные данные педагогики и возрастной психологии. Что же касается индивидуальных различий и особенностей воспитания отдельных детей, то здесь ему приходится полагаться лишь на этот материал, который он получает в процессе личного изучения воспитанников.

### **Особенности адаптация ребенка к условиям детского сада**

В каком бы возрасте ребенок ни пришел впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить. Это нетрудно понять — ведь ломается привычный стереотип жизни, в котором ребенок чувствовал себя спокойно и уверенно, так как успел к нему приспособиться.

Второй чрезвычайный психотравмирующий факт — разлука с матерью и другими близкими взрослыми, которые заботились о ребенке с рождения. Это порождает ощущение тревоги, неуверенности, незащищенности, к которому

часто примешивается чувство покинутости, брошенности.

Очень важно, чтобы родители в этот период относились к ребенку очень бережно и внимательно стремились помочь ему пережить этот трудный момент жизни, а не упорствовали в своих воспитательных планах, не боролись с капризами.

Характер адаптационного периода зависит также от предшествующего опыта малыша, то есть от наличия или отсутствия тренировки его нервной системы в приспособлении к меняющимся условиям жизни. Дети, которые живут в многодетных семьях, в семьях с многочисленными родственниками, значительно быстрее привыкают к новым условиям, чем дети, жизнь которых протекала в однообразной обстановке, была ограничена небольшим кругом взрослых<sup>4</sup>.

Проблема адаптации ребенка раннего возраста остается практически неразработанной. До сих пор специально не изучалось, как происходит включение маленького ребенка в новую действительность, какие психологические трудности он испытывает в процессе адаптации, каким образом можно оценить его эмоциональное состояние в этот период, каковы психологические критерии адаптационных возможностей ребенка раннего возраста и каковы способы установления контакта с взрослыми.

Для того чтобы по – настоящему управлять поведением детей (а не только направлять его) в период адаптации, необходима продуманная во всех деталях система работы, построенная на знание ребенка в процессе его привыкания к условиям общественного воспитания.

Установлено, что в раннем возрасте адаптация происходит дольше и труднее, часто сопровождается болезнями. Дело в том, что в этот период интенсивно физически развивается организм, созревают психические процессы. Новые условия и как ответная реакция новые формы поведения требуют определенных усилий и умений со стороны ребенка.

---

<sup>4</sup> Кошечева З.В. Первые шаги малыша в детском саду. - Минск, 2010

От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода (который может продолжаться иногда и полгода, и его дальнейшее развитие).

В адаптационный период особенно важно создать атмосферу доброжелательного общения, обогащающего чувственную сферу, обеспечить каждому ребенку эмоциональный комфорт.

Учитывая, что в адаптационный период ребенка в ДОО общение с взрослыми и сверстниками – необходимое условие эмоционального и социального развития, воспитатели стараются обогатить положительный опыт общения ребенка с окружающими людьми, чтобы ребенок стремился к общению, игре, приобретал гибкость и пластичность в социальном поведении и развитии<sup>5</sup>.

Предметно – игровая деятельность детей развивается примерно по следующим этапам: манипуляция с предметами; отдельные предметные действия и наблюдение за действиями других; включение в сюжетно-ролевые игры. В процессе сотрудничества с взрослыми ребенок овладевает сначала отдельными действиями с предметами, а в дальнейшем, при многократном упражнении в них под руководством взрослого, формируется самостоятельная предметная деятельность. Овладение предметной деятельностью способствует развитию внеситуативно-речевой формы общения, освоению специального опыта окружающей среды.

Практически все дети, которые приходят первый раз в детский сад, приходят в группу раннего возраста. Работающие воспитатели на группе раннего возраста, как никто из педагогов знают, что такое адаптационный период для ребенка, ведь для вновь поступившего малыша детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

---

<sup>5</sup> Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации /Сост. Н.В. Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2012

Однако в процессе адаптации можно отметить некоторые закономерности.

Во-первых, до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве.

Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к ДОУ, поскольку сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный. Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в ДОУ.

Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к ДОУ. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

Анализ показывает<sup>6</sup>, что уже в раннем возрасте (второй-третий годы жизни) наибольшее значение в период адаптации имеет уровень социализации, в частности, наличие или отсутствие общения ребенка со сверстниками. Немаловажную роль играет формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в игре.

Кстати, 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 неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко – у них нет сформированной привязанности к матери.

---

<sup>6</sup> Павлова Л. Второй год жизни: Мамина школа // Дошкольное воспитание. - 2016. - № 8. - с. 104-110

Психологи (Р. Калинина, Л. Семенова, Г. Яковлева)<sup>7</sup> указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем легче будут складываться его отношения с коллективом в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Таким образом, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. Но, с другой стороны отсутствие эмоциональной связи с матерью может пагубно отразиться на дальнейшем развитии ребенка.

К процессу адаптации ребенка может также добавиться кризис трех лет. Это период, когда малыш впервые ощущает себя как личность и хочет, чтобы это видели другие. А взрослые, этого не видят или, по крайней мере, не желают видеть, потому что проще, чтобы было все, как раньше. Поэтому малыш весь на пределе, отстаивая перед нами свою личность, и психика его становится ранимее, чем прежде, к воздействию различных обстоятельств окружающей среды, что негативно сказывается на адаптации, о чем свидетельствуют видимые изменения в обычном поведении ребенка.

В три года малышу обычно уже нравится контактировать с людьми. Он даже может сам выбирать повод для контакта. Коммуникабельность ребенка – это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство.

Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводящие лишь в «гордом одиночестве». На смену этой «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность», означающая то, что ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт с взрослыми людьми. Однако

---

<sup>7</sup> Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. - Москва: Академия, 2013

эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не направлена на улучшение общения с людьми, особенно со сверстниками. В такой момент малыш обычно, плача, подбегает к воспитательнице, хватая ее за руку, пытается тянуть к входной двери и молит, чтобы она отвела его домой. Как только малыш сумеет, наконец, наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль — и это будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации у ребенка.

В три года познавательная деятельность тесно связана с игрой. Поэтому малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Его познавательная деятельность заторможена. Но, как только проснется интерес к новому, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.

Под прессом стресса ребенок обычно изменяется настолько, что может забыть почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Его приходится кормить из ложечки и умывать, как будто бы младенца. Он «не умеет» одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые им навыки, дополнительно легко усваивая новые.

У некоторых малышей на фоне стресса, при тяжелой степени адаптации меняется и речь, регрессируя. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, при разговоре употребляя младенческие или облегченные слова. Предложения становятся односложными, причем состоят в основном из глаголов. При легкой степени адаптации — речь или же 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.

Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест очень много.

Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.

В ходе проведенного учеными Р. Калининой, Л. Семеновой, Г. Яковлевой исследований<sup>8</sup>, было выделено три фазы адаптационного процесса:

2) 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);

3) 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);

4) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития<sup>9</sup>.

Чаще всего периодом адаптации называют острую фазу общего адаптационного процесса. По наблюдениям психологов средний срок этого периода в норме составляет:

- В яслях - 7-10 дней
- В детском саду в 3 года - 2-3 недели
- В старшем дошкольном возрасте - 1 месяц

---

<sup>8</sup> Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. - Москва: Академия, 2013

<sup>9</sup> Харитоновна Н. Профилактика психоэмоционального напряжения у детей раннего возраста // Дошкольное воспитание. - 2018. - № 6. - с. 3-12

По тому, как дети приспосабливаются к садику, какова степень тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода, их можно разделить на три основные группы .

Первая группа - дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Это наиболее неблагоприятный вариант. Но постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Во вторую группу попадают дети без нервных расстройств - они в детском саду «всего лишь» начинают часто болеть. Еще бы, происходит «обмен» всевозможными инфекциями. Подобную «прививку» могут выдержать далеко не все дети - у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности.

Наконец, почти половина детей составляет самую благополучную группу - они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Если прошло больше месяца, а ребенок не привык к детскому саду, то надо задуматься и приглядеться, что его беспокоит, отчего он такой капризный и раздражительный.

Конечно, каждый ребенок по-разному реагирует на новую ситуацию, однако, есть и общие черты. Всегда нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Хуже остальных чувствуют себя в дошкольных учреждениях дети с флегматическим темпераментом.

Многие психологи, например, А.И. Баркан, Б.С. Волкова, Н.В. Волкова предлагают определенные показатели, их еще называют индикаторами, которые позволяют заранее прогнозировать тяжесть адаптационного периода.

Таковыми индикаторами являются данные анамнеза, то есть история развития ребенка с указанием всех перенесенных им заболеваний и выраженных отклонений развития. При этом особо пристальное внимание следует уделять перинатальным факторам, другими словами, течению

дородового, родового и послеродового периодов. Кроме этого большое прогностическое значение имеют социальные факторы риска (состав семьи, характер и особенности семейного воспитания).

Имеется огромное количество достоверных данных, подтверждающих тот факт, что дети второй и третьей групп здоровья хуже адаптируются к новым условиям жизни, чем практически здоровые дети, имеющие первую группу здоровья. В связи с этим необходимо учитывать, какими заболеваниями болел ребенок до поступления в детский сад, как часто и сколько времени, в среднем, длились эти заболевания.

Для правильного построения прогноза следует учитывать, имеются ли у родителей алкогольная зависимость, наследственные заболевания, были ли токсикозы беременности у матери, родовая травма у ребенка, заболевания периода новорожденности и первых трех месяцев жизни.

Очень часто патология беременности и родов, а также состояние ребенка в первые месяцы жизни, отражаются на его физическом состоянии, замедляя темп развития функциональной активности всех систем. Следует выяснять, не было ли задержки локомоторных реакций, когда ребенок стал самостоятельно сидеть, стоять, ползать, ходить.

При изучении социальных факторов следует учитывать условия быта ребенка, состав его семьи — полная, неполная, многодетная и так далее, а также особенности воспитательных воздействий: стиль и характер общения с ребенком, соблюдение режима дня и кормления, организация бодрствования, то есть основные моменты, от которых зависит развитие функциональной активности мозга ребенка. Ведь хорошо известно, что наиболее тяжело адаптируются дети с неблагополучием биологического и социального плана.

Для выявления всех факторов риска и построения правильного прогноза дальнейшего пребывания ребенка в дошкольном учреждении при зачислении обычно проводят анкетирование родителей, а также беседуют с ними об их ребенке.

Для того, чтобы управлять процессом адаптации, воспитателю необходимо хорошо знать возрастные особенности детей и учитывать их в своей работе. Необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания детей к детскому учреждению является продуманная система педагогических воздействий, в которой главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая потребностям, которые определяют его поведение.<sup>10</sup>

Выводы по первой главе:

Адаптация – сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, социальном, психологическом.

Для успешной адаптации детей раннего возраста необходимо знать и учитывать возрастные и индивидуальные особенности каждого ребенка. К началу раннего возраста ребенок, приобретая стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, остается связанным с взрослым, ибо нуждается в его практической помощи, оценке и внимании. Это противоречие находит разрешение в новой социальной ситуации развития ребенка, которая представляет собой сотрудничество или совместную деятельность ребенка и взрослого.

Важнейшими условиями адаптации детей к дошкольному учреждению являются: учет их индивидуально-психологических и возрастных особенностей, факторов «риска», усложняющих адаптацию; организация взаимодействия ДОО и семьи; консультирование родителей и воспитателей по проблеме адаптации детей раннего возраста.

Детский сад должен стать реальной, открытой системой, родители и педагоги должны строить свои отношения на психологии доверия. Успех сотрудничества зависит во многом от взаимных установок семьи и детского

---

<sup>10</sup> Евтушенко ИМ., Иванова И.Ю., Артеменко Б.А., Быстрой Е.Б., Пермякова Н.Е. К вопросу профессиональной готовности педагогов в работе с детьми раннего возраста // Балтийский гуманитарный журнал. - 2020. - Т. 9. - № 4 (33)

сада. Потребность во взаимной помощи испытывают обе стороны - дошкольные учреждения, и семья.