

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ  
«МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ БАЛАЛЫҚ ШАҚ» РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ОРТАЛЫҒЫ

Мектепке дейінгі ұйым жағдайына ерте жастағы балаларды бейімдеу бойынша  
ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной организации

Астана  
2017

*Разработаны на базе Республиканского центра «Дошкольное детство»  
Министерства образования и науки Республики Казахстан*

**Рецензенты:**

Байназарова Т.Б., к.п.н.

Искакова Л.М., заведующая

Бергазенова А.Е., методист

**Методические** рекомендации по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной организации, Астана, 2017. – 31 стр.

В методических рекомендациях предложен материал по адаптации детей в детском саду. Рассматриваются степени, этапы адаптации и деятельность педагогов дошкольной организации по адаптации детей раннего возраста.

Данные рекомендации адресованы педагогическим работникам дошкольных организаций и родителям.

Методические рекомендации по адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной организации рассмотрены и рекомендованы Научно-методическим советом Республиканского центра «Дошкольное детство» МОН РК (протокол № 6 от 5 августа 2017 г.)

Республиканский центр  
«Дошкольное детство», 2017

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Актуальность обусловлена тем, что адаптационный период – серьезное испытание для детей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка, расстройство сна и аппетита.

Тема адаптации детей раннего возраста к дошкольной организации является актуальной, так как проблема адаптации детей 1-2 лет жизни к условиям детского сада имеет большое значение. Соблюдение режима дня, новые требования, постоянный контакт со сверстниками, совершенно другая обстановка, стиль общения - становятся для него источником стрессовых ситуаций.

В психолого-педагогических работах Ш.А. Амонашвили, Г.Ф. Кумарина, А.В. Мудрик, Н.Д. Ватутиной рассматриваются особенности психологической адаптации детей раннего возраста к детскому саду, а также факторы психологического благополучия ребенка и основные закономерности его психического развития в дошкольном возрасте.

От того, как пройдет адаптация ребенка к новым условиям детского сада зависит его физическое и психическое здоровье. Чтобы период адаптации проходил легче, необходима профессиональная, педагогическая помощь семье.

Задача воспитателя – создать максимум условий для того, чтобы ребенок безболезненно прошел все этапы привыкания к условиям дошкольной организации.

**Цель** данных методических рекомендаций: оказание помощи родителям и педагогам в адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольной организации.

### **Задачи:**

- создание психолого-педагогических условий, для адаптации детей раннего возраста в дошкольных организациях;
- обеспечение позитивного эмоционального состояния ребенка, его социализации;
- формирование доброжелательного отношения к педагогу и сверстникам;
- преодоление стрессового состояния у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
- формирование активной позиции родителей к процессу адаптации детей.

В содержании методических рекомендаций рассматриваются степени, этапы адаптации и деятельность педагогов по адаптации детей раннего возраста в детском саду.

## СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА

Выделяют три степени адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада – легкая (1-16 дней), средняя (16-32 дня) и тяжелая (32-64 дня).

Легкая адаптация проходит в течение 1—2 недель. Переживания ребенка наблюдаются не более 14 дней. Ребенок быстро начинает проявлять интерес к окружающим его воспитателям и детям, наблюдаются незначительные нарушения сна и аппетита. Ребенок не болеет, к концу второй недели он уже легко расстается с родителями, нормализуется его эмоциональное состояние.

При адаптации средней тяжести у детей наблюдаются значительные нарушения сна и аппетита, которые приходят в норму к концу месяца. Ребенок обычно пассивен, капризничает, раздражителен, часто плачет, его не интересуют игрушки, он перестает пользоваться активным словарем. Часто происходят нарушения в работе вегетативной нервной системы – это выражается в появлении бледности кожных покровов, потливости, появляются тени под глазами, фиксируется изменение стула. Ребенок подвержен инфекционным заболеваниям, которые протекают в тяжелой форме.

Наиболее опасна для здоровья детей тяжелая степень адаптации к дошкольной организации. Ребенок, трудно привыкающий к детскому саду, как правило, подвержен длительным и тяжелым заболеваниям. Иммунная система ребенка не справляется с инфекциями, и они начинают сменять одна другую. Он отказывается от еды, попытки накормить могут заканчиваться рвотой. Нарушается сон, ребенок спит очень чутко, часто просыпается, плачет во сне, долго не может заснуть. Его не радует окружающая обстановка, отказывается играть с любимыми игрушками, почти не общается с другими детьми, пассивен в общении со взрослыми. В зависимости от индивидуально-типологических особенностей (темперамента) ребенок может быть или тихим и подавленным, или наоборот агрессивным и истеричным. Такое состояние может наблюдаться в течение нескольких месяцев.

Для того чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее.

### *1. Создать эмоционально благоприятную атмосферу в группе.*

Важно сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателя. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно «одомашнить» группу. Необходимо всячески удовлетворять чрезвычайно острую в период адаптации потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым.

Ласковое обращение с ребенком, периодическое пребывание его на руках взрослого дают ему чувство защищенности, помогают быстрее адаптироваться.

### *2. Формировать у ребенка чувство уверенности.*

Одна из задач адаптационного периода — помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя

увереннее, хозяином ситуации. Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо:

- знакомство, сближение детей между собой;
- знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми;
- знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты);
- знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.);
- знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

### *3. Правильная организация игровой деятельности.*

Игровая деятельность направлена на формирование эмоциональных контактов «ребенок — взрослый» и «ребенок — ребенок» и обязательно включает игры и упражнения. Основная задача игр в этот период — формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы к каждому ребенку. Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения.

### *4. Работа с родителями.*

Взаимодействие с родителями желательно начать еще до поступления ребенка в детский сад. Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду. Глубокое переживание семьи при поступлении ребенка в детский сад (чаще всего в возрасте 1,5-2 лет) обуславливает потребность семьи в профессиональной психолого-педагогической поддержке специалистов детского сада. Процесс взаимодействия педагогов и родителей в период адаптации ребенка раннего возраста к детскому саду можно разделить на несколько этапов.

## ЭТАПЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

**1. Преадаптационный этап.** Начинаться за 1–2 месяца до поступления ребенка в детский сад. Поскольку речь идет о детях раннего возраста, которые начинают посещение детского сада с момента набора новой группы, то данный этап рекомендуется начинать в июне-июле. Для реализации мероприятий данного этапа родители должны быть заранее направлены в дошкольную организацию.

В процессе преадаптационного этапа осуществляется подготовка детей и их родителей к детскому саду путем проведения следующих мероприятий:

- знакомство родителей с воспитателем и группой в детском саду (проводится воспитателем или методистом в мае);
- изучение уровня социального развития и психоэмоционального состояния ребенка, особенностей семейного воспитания ребенка и наличия навыков самообслуживания (*Приложение 1* Анкетирование родителей);
- выдача информационных материалов родителям с целью повышения их психолого-педагогической культуры;
- разработка индивидуальных рекомендаций для родителей по подготовке ребенка к детскому саду в летний период (*Приложение 2* Памятки, консультации, рекомендации);
- обсуждение с родителями хода индивидуальной подготовки к посещению детского сада (осуществляется психологом или воспитателем один-два раза за преадаптационный период в мае-июне).

**2. Адаптационный этап.** Начинается посещение ребенком дошкольной организации. Второй этап начинается в июне-июле и может продолжаться вплоть до декабря. На облегчение прохождения ребенком адаптационного этапа направлены следующие мероприятия:

- наблюдение за ребенком и заполнение индивидуального адаптационного листа (*Приложение 3*);
- заполнение карты психологического фона развития группы во время адаптации (заполняется совместно с психологом и воспитателем);
- выполнение комплекса занятий развивающе-профилактического блока, включающего в себя дыхательную гимнастику, релаксацию, игры на снятие эмоционального напряжения тревожности через тактильные ощущения, игры на развитие саморегуляции, подвижные игры, рисование (осуществляется воспитателем, при составлении плана ОУД учитывается карта психологического фона развития группы, участвует психолог);
- ежедневное информирование родителей о прохождении ребенком адаптации в групповых информационных уголках, папке психолога, газета для родителей, социальных сетях, беседах и другими способами (психолог совместно с воспитателем);
- разработка домашних заданий для родителей на выходные дни для облегчения адаптации (осуществляется психологом путем обучения родителей играм с водой, песком, манкой и гречкой, дыхательным упражнениям с целью снижения эмоционального напряжения).

Наиболее эффективным, а иногда и единственным методом коррекционной работы с детьми раннего возраста является игровая терапия, проводимая как в индивидуальной, так и в групповой форме.

**3. Постадаптационный этап.** На данном этапе у ребенка наступает фаза компенсации, преобладает устойчиво-спокойное настроение, налаживается сон и аппетит. На этом этапе уже можно сделать выводы о результате протекания процесса адаптации. Третий этап для большинства детей длится до конца года. Основной задачей постадаптационного периода является закрепление навыков детей, приобретенных в процессе адаптации и недопущения дезадаптации.

На третьем этапе осуществляются следующие мероприятия:

- сравнение результатов по индивидуальным листам наблюдений за детьми в начале адаптационного периода и оценка уровня адаптированности детей к ДО (осуществляется воспитателем по 8 критериям: общий эмоциональный фон, познавательная и игровая деятельность, взаимоотношения со взрослыми, взаимоотношения со сверстниками, сон, аппетит, реакция на изменение привычной ситуации, заболеваемость);

- анкетирование родителей с целью получения информации обратной связи;

- проведение ежемесячного собрания с родителями (осуществляется психологом с подведением итогов адаптации или постановкой следующих задач для родителей).

По окончании третьего этапа подводятся итоги адаптации, корректируется программа проведения адаптации на следующий год.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Семья – социальная общность, которая закладывает основы личностных качеств ребенка. При жизни в определенных устойчивых условиях ребенок постепенно приспосабливается к влияниям окружающей среды: к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, характеру пищи и т.д.

Поступление в детский сад меняет почти все условия жизни ребенка. Педагоги детского сада и родители, объединив свои усилия, обеспечивают ребенку эмоциональный комфорт.

Важная роль в период адаптации отводится педагогу, его работе с семьей.

Важным фактором, влияющим на характер поведения ребенка в процессе привыкания, является личность самого педагога, который должен любить детей, быть внимательным и отзывчивым по отношению к каждому ребенку, уметь привлечь его внимание. Педагог должен уметь наблюдать и анализировать уровень развития детей и учитывать его при организации педагогических воздействий, должен уметь управлять поведением детей в сложный для них период привыкания к условиям детского сада.

Период адаптации – тяжелое время для детей и их родителей. Поэтому очень важна совместная работа педагога с родителями.

Создавая у ребенка положительное отношение к различным видам деятельности, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми и детьми, обеспечивается решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряется и облегчается процесс адаптационного периода.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Волосова Е. Б. Развитие ребенка раннего возраста (основные показатели).-М.: Линка-пресс, 1999. - 72 с.
2. Галанов А. С. Психическое и физическое развитие ребенка от одного года до трех лет: пособие для работников ДОУ и родителей. - М.: АРКТИ, 2000. - 89 с.
3. Белкина Л. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. - Воронеж: ТЦ «Учитель», 2004. - 111 с.
4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие- Воронеж, «Учитель», 2006.-236с
5. Кирюхина Н.В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: Практическое пособие – 2-е изд.-М., Айрис- пресс, 2006.-112с.
6. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации/ авт. -сост. Н. В. Соколовская. - Волгоград: Учитель, 2008.-188 с.
7. Жердева Е.В. Дети раннего возраста в детском саду (возрастные особенности, адаптация, сценарии дня) .- Изд.3-е.-Ростов на /Д: Феникс, 2008.-186с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

### Анкета для родителей

Уважаемые родители! Приглашаем принять участие в анкетном опросе. Ваши ответы помогут педагогам детского сада лучше узнать особенности вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития и более успешной работы педагогов.

1. Ребенок

Ф. И.

---

Дата рождения

---

Домашний адрес, телефон

---

2. Мать

Ф.И.О.

---

Год рождения

---

Образование

---

Место работы

---

3. Отец

Ф.И.О.

---

Год рождения

---

Образование

---

Место работы

---

4. Жилищные условия (подчеркнуть)

а) отдельная благоустроенная квартира

б) квартира с подселением

в) съемное жилье

г) частный дом

5. Экономическое положение семьи (подчеркнуть)

а) низкий материальный доход

б) средний материальный доход

в) высокий материальный доход

6. Состав семьи (кто проживает вместе с ребенком)

Ф.И.О.

---

Степень родства (брат, сестра, бабушка и т. д.)

---

---

7. К кому из членов семьи ребенок больше привязан: \_\_\_\_\_

---

8. Часто ли болеет ребенок, какие тяжелые заболевания, травмы перенес:

---

9. Какие игрушки любит ребенок? Основные виды игр и занятий с ребенком дома:

---

10. Как обычно зовут ребенка дома? \_\_\_\_\_

11. Какие навыки самообслуживания уже обретенны ребенком:

---

---

12. Как засыпает ребенок дома? (нужное подчеркнуть):

- быстро
- медленно
- сам
- рядом сидит кто-то из взрослых
- иногда мочится во сне
- раздевается перед сном и одевается перед сном сам
- с помощью взрослых

13. Какой аппетит у Вашего ребенка? (подчеркнуть):

- хороший
- ест все
- ест плохо и мало
- выбирает

14. Охотно ли вступает в контакты, общение (подчеркнуть):

- с детьми своего возраста
- с детьми старшего возраста
- с незнакомыми взрослыми
- с родными

15. Каким Вы считаете своего ребенка (подчеркнуть):

- спокойным
- мало эмоциональным
- очень эмоциональным

16. Что отличает Вашего ребенка от других? (его индивидуальные особенности)

---

---

---

---

17. На основе каких знаний Вы воспитываете ребенка? (подчеркнуть)

- а) слушаете передачи по радио, телевидению
  - б) читаете педагогическую литературу
  - в) на основе рекомендаций педагогов
  - г) на основе опыта старшего поколения
  - д) другое (дописать)
- 
- 

---

---

18. Какие методы в воспитании считаете наиболее эффективными (подчеркнуть)

- а) поощрение
  - б) наказание
  - в) требование
  - г) приучение
  - д) другое (дописать)
- 
- 

---

---

19. Какие виды поощрения используете чаще (подчеркнуть)

- а) словесная похвала
  - б) подарки
  - в) ласки
  - г) другое (дописать)
- 
- 

---

---

20. Какие виды наказания наиболее действенны в воспитании (подчеркнуть)

- а) физические наказания
  - б) словесная угроза
  - в) лишение развлечения
  - г) проявление Вами обиды
  - д) другое (дописать)
- 
- 

---

---

21. Что вызывает осложнения в общении с детьми? Какие трудности испытываете?

---

---

---

22. Имеются ли разногласия с другими членами семьи в вопросах воспитания?  
В чем они выражаются?

---

---

23. Как проводите досуг в семье?

---

---

24. Проблемы семейной педагогики, к которым Вы испытываете наибольший интерес:

---

---

25. Какие формы сотрудничества с педагогами и психологом для Вас наиболее привлекательны:

возможность видеть ребенка в группе в разных видах деятельности

обмен мнениями о развитии детей в беседах, дискуссиях

участие в совместных с детьми досугах

участие в практикуме или тренинге, обогащающем Ваши воспитательные

умения и др. (при желании дополните) \_\_\_\_\_

---

---

Спасибо за сотрудничество!

*Приложение 2*

### **Памятка для родителей**

- 
1. Положительный настрой семьи на поступление ребенка в детский сад;
  2. Точное соблюдение режима дня дома, его единство с режимом детского сада (одно из самых важных условий);
  3. Укороченное пребывание в первые дни посещения детского сада;
  4. Создание спокойной обстановки дома, ласковый тон в обращении к ребенку;
  5. Внимательное отношение к проявлению самостоятельности, к возрастным особенностям поведения ребенка;
  6. Правильные приемы кормления, высаживания и укладывания.

## Консультации для родителей

- обязательно соблюдайте график адаптации, т.е. режим кратковременного пребывания ребенка в детском саду, начиная с 1,5 часов. Дайте ребенку возможность постепенно привыкнуть к новым условиям, к новым людям, к новым правилам, к отсутствию мамы;

- можете дать ребенку с собой игрушку или книжку, словом «кусочек» дома;

- ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью выпросить, кто толкнул, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче и быстрее привыкал к новым условиям жизни. Пусть воспитатель станет вашим помощником в воспитании ребенка;

- поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимания на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в этот период (не отучайте от соски, груди – это лучше сделать заранее, не ездите надолго в гости, не приглашайте к себе незнакомых малышу людей и т.п.). Берегите нервную систему ребенка.

*Приложение 3*

### Адаптационный лист

Детский сад № \_\_\_\_\_ Откуда поступил \_\_\_\_\_

Дата поступления \_\_\_\_\_

Ф. И. ребенка \_\_\_\_\_ Дата рождения \_\_\_\_\_

Возраст к моменту поступления в ДО \_\_\_\_\_

Возрастные данные: рост \_\_\_\_\_, вес \_\_\_\_\_ (на момент поступления в ДО)

Заболевания (до поступления в ДО): \_\_\_\_\_

Число, месяц.

Поведенческие реакции:

#### **Аппетит ребенка**

4 – очень хороший аппетит, съедает все с удовольствием

3 – аппетит выборочный, но насыщенный

2 – ест долго, неохотно

1 – отказывается от еды, капризничает

#### **Сон ребенка**

4 – сон спокойный, глубокий, засыпает быстро

- 3 – засыпает не скоро, спит спокойно, но недолго
- 2 – засыпает с плачем, долго, беспокоен во сне
- 1 – отсутствие сна, плач

**Эмоциональное состояние**

- 4 – весел, жизнерадостен, подвижен, активен
- 3 – улыбается, настроение хорошее, спокоен
- 2 – иногда задумчив, замкнут
- 1 – хныканье, плач «за компанию»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	18
2. Степени адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада	19
<hr/>	
3. Этапы адаптации детей раннего возраста в дошкольные организации	21
4. Заключение	23
5. Литература	24
6. Приложение	25
<hr/>	

