

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ  
«АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ К ДОУ»**

Выполнила: педагог-психолог Косарим Е.И.

Поступление ребёнка (не подготовленного) в дошкольное учреждение – процесс сложный и для самого малыша и для родителей. Для ребёнка это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить. Малышу предстоит приспособиться к совершенно иным условиям. Четкий режим дня, отсутствие родителей, другой стиль общения, контакт со сверстниками, новое помещение – все эти изменения создают для ребёнка стрессовую ситуацию. Все это может вызвать у малыша защитную реакцию в виде плача, отказа от еды, сна, общения с окружающими. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения. Отрыв от семьи, помещение в изолированную детскую среду с одним взрослым, да ещё в совершенно незнакомой обстановке, оказывается для ребенка неблагоприятной ситуацией.

#### ФАКТОРЫ И МЕХАНИЗМЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ И ХАРАКТЕР АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОВЗ:

- уровень самостоятельности ребенка;
- опыт общения ребенка с окружающими, полученный им до прихода в детский сад;
- токсикозы и заболевания матери во время беременности;
- осложнения при родах и заболевания малыша в период новорожденности и первых трёх месяцев жизни;
- неправильность организации режима дня;
- состояние здоровья ребенка;
- возраст ребенка;
- достигнутый уровень психического и физического развития;
- степень закаленности;
- сформированность навыков самообслуживания;
- уровень потребности у ребенка коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками;
- личностные особенности самого малыша;
- взаимоотношения ребенка с матерью, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей;
- уровень тренированности адаптационных возможностей (с рождения).

Адаптация протекает у всех детей по-разному. В разных ситуациях один и тот же малыш может вести себя по-разному. Даже спокойный и общительный ребенок при расставании с близкими людьми начинает плакать и проситься домой, нелегко привыкает к новым требованиям. Можно выделить примерно три группы детей по присущим им различиям в поведении и потребности в общении.

**Первая группа** – это дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Если до поступления в детский сад ребенок постоянно находился с мамой или бабушкой, то утром, когда его приводят в детский сад, с трудом расстается с родными. Затем весь день ожидает их прихода, плачет, отказывается от любых предложений воспитателя, не хочет играть с детьми. Он не садится за стол, протестует против еды, против укладывания спать, и так повторяется изо дня в день.

Плач при уходе близкого человека, возгласы : отрицательное отношение к персоналу, к детям группы, к предложениям поиграть – и бурная радость при возвращении мамы (бабушки или другого члена семьи) являются ярким показателем того, что у ребенка не развита потребность общения с посторонними, не готовы вступать с ними в контакт. Как правило, чем уже круг общения в семье, тем длительнее происходит адаптация ребенка в детском саду.

**Вторая группа** – это дети, у которых уже сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, в совместных с ними действиях и получении от них сведений об окружающем. Это опыт общения с дальними родственниками, с соседями. Придя в группу, они постоянно наблюдают за воспитателем, подражают его действиям, задают вопросы. Пока воспитатель рядом, ребенок спокоен, но детей он боится и держится от них на расстоянии. Такие дети, в случае невнимания к ним со стороны воспитателя могут оказаться в растерянности, у них появляются слезы и воспоминания о близких.

**Третья группа** – это дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях и общении со взрослыми.

В процессе привыкания ребенка к условиям детского сада происходит расширение содержания и навыков общения. Изменение содержания потребности в общении в период привыкания протекает примерно в рамках трех этапов:

I этап – потребность в общении с близкими взрослыми как потребность в получении от них ласки, внимания и сведений об окружающем;

II этап – потребность в общении со взрослыми как потребность в сотрудничестве и получении новых сведений об окружающем;

III этап – потребность в общении со взрослыми на познавательные темы и в активных самостоятельных действиях.

ВИДЫ АДАПТАЦИИ	ОПИСАНИЕ	ПОВЕДЕНИЕ В ДОО
Активная адаптация	ребенок нервничает и переживает с первого похода в садик, активно реагирует на уход родителей	бурная реакция может длиться до 2-х недель, с постепенным ее уменьшением.
Отложенная адаптация	ребенок сначала добровольно и с радостью идет в садик, позже отказ от сада и скандал, далее начинается адаптация как у других детей с первых дней посещения садика.	от 3-х дней до 3-х недель нет проблем, далее начинается процесс адаптации.
Пассивная адаптация	скрытая, за счет психических составляющих, проявляется только дома	в садике нет проблем, однако дома наблюдается ухудшение сна, запоры, увеличение утомляемости, капризность, нервозность.
Проваленная адаптация	нагрузка на организм и психику ребенка больше, чем есть возможность подстроиться к изменениям и условиям жизни, причины - не подходит данный сад, данный подход, методы воспитания, группа или воспитатель либо возраст ребенка неподходящий.	состояние ребенка не меняется или ухудшается в течении 1-2 месяцев, следует обратиться к специалистам.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА**

- На время адаптационного периода, постарайтесь не посещать с ребенком шумные места(цирк, зоопарк, кафе и т.д).
- Уменьшите просмотр телевизора, время проведения с планшетом.
- Обратите внимание на себя и свое эмоциональное состояние, то, как вы относитесь к детскому саду, воспитателю ваш ребенок чувствует и копирует; помните, чем спокойнее и эмоционально- положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации; «Все будет хорошо!»- ваш девиз, не нужно паниковать или, наоборот, идеализировать жизнь в саду, поймите, это необходимость и действуйте уверенно.
- Будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом.

- Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
- Обнимайте и целуйте ребенка как можно чаще, скажите, что любите его и справитесь вместе.
- Не ругайте ребенка, за то, что поведение нарушилось, помните, что период адаптации – сильный стресс для ребенка, поэтому нужно принимать ребенка таким, какой он есть, проявлять больше любви, ласки, внимания.
- Не говорите “не бойся”, “не плачь”, “не расстраивайся”, ребенок уже боится и переживает и такими фразами он услышит только то, что вы его не понимаете и не можете помочь; также может появиться негатив, я боязливый, пугливый, плохой.
- В период адаптации, в связи с нервным напряжением, ребенок ослаблен и в значительной мере подвержен заболеваниям, поэтому в его рационе должны быть витамины, свежие овощи и фрукты.
- Играйте с ребенком в детский сад, расскажите, как там интересно, что у каждого ребенка есть свой шкафчик и своя кровать, там много интересных игрушек, в которые дети все вместе играют.
- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок (насколько это возможно), одежда обязательно должна быть удобной для ребенка.
- Тщательно одевайте ребенка на прогулку, чтобы он не потел и не замерзал, чтобы одежда не стесняла движений ребенка и соответствовала погоде.
- Хорошо ввести режим садика дома; если ребенок просыпается сам за час до того времени как нужно идти в сад, замечательно, но в ситуации, когда днем ваш ребенок уже не спит, то нужно научит его это время спокойно лежать в кровати.
- В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.
- Прочитайте меню детского сада и введите в рацион питания малыша новые для него блюда.
- Мотивируйте ребенка для похода в садик (“в садике скучает без него/ее машинка/кукла”).
- Если у ребенка есть любимая игрушка, пусть он берет ее с собой в детский сад, с ней малышу будет спокойнее.
- Старайтесь не делать перерывов в посещении детского сада (исключение – болезнь).
- Готовьте ребенка к тому, что мама с папой идут на работу и это неизбежно, а после работы забирают ребенка домой.
- Не старайтесь уйти незаметно, если вы будете пропадать в разное время, ребенок будет бояться, что вы можете исчезнуть в любое время.
- Придумайте ритуал для прощания и встречи, повторяйте его каждый день.
- Первые 2-3 недели ребенка рекомендуется приводить и забирать одному и тому же члену семьи, так он быстрее привыкнет расставаться.
- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день; первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.
- В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем.
- Возможно договориться о времени, когда можно будет посетить группу, чтобы там не было других детей: воспитатель смог бы познакомиться с малышом, а ребенок – изучить нового для него взрослого человека.
- Совершите вечернюю экскурсию в детский сад и покажите ребенку, что всех детей вечером мамы и папы забирают домой, никто в детском саду не остается, это поможет ребенку избежать чувства, что "его бросили", когда он первое время начнет оставаться в саду без мамы.

**ОКРУЖИТЕ ЕГО ЗАБОТОЙ И ТЕПЛОМ  
и ТОГДА ВЫ УВИДИТЕ УЛЫБКУ НА ЛИЦЕ СВОЕГО РЕБЕНКА !!!!!!!!!!!!!!!!**

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ НА ВРЕМЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА**

-Необходимо присматриваться к индивидуальным особенностям каждого ребенка и стараться вовремя понять, что стоит за молчаливостью, спокойствием, пассивностью некоторых детей.

-Исключить интеллектуальные и физические перегрузки.

-Периодически включать негромкую, спокойную музыку, но строгая дозировка и определение во время звучания обязательны.

-Лучшее лекарство от стресса – смех, необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся, используются игрушки-забавы, мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички.

-Необходимо исключить однообразие жизни детей, т. е. определить тематические дни.

- Старайтесь не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям в осудительной форме и не разговаривайте с родителями при ребенке.

-Ежедневно беседуйте с родителями, вселяйте в них уверенность, рассеивайте беспокойство и тревогу за своего ребенка.

-Организируйте жизнь ребенка в дошкольном учреждении так, чтобы малыш наиболее адекватно, почти безболезненно приспосабливался к новым условиям, чтобы у него формировались положительное отношение к детскому саду и навыки общения,

Как правило, дети с ОВЗ труднее адаптируются к новым условиям. Они чаще болевают, труднее переживают разлуку с близкими людьми. Случается, что ребенок не плачет, не выражает внешне негативных проявлений, но теряет в весе, не играет, подавлен. Его состояние должно беспокоить воспитателей не меньше, чем тех детей, которые плачут, зовут родителей.

Так же, особого внимания требуют дети со слабым типом нервной системы. Эти дети болезненно переносят любые перемены в их жизни. При малейших неприятностях их эмоциональное состояние нарушается, хотя свои чувства они бурно не выражают. Их пугает все новое и дается оно с большим трудом. В своих движениях и действиях с предметами они не уверены, медлительны. Таких детей к детскому саду следует приучать постепенно, привлекать к этому близких им людей. Воспитатель должен поощрять, подбадривать и помогать им.

Игнорирование воспитателем особенностей типов нервной системы ребенка в период адаптации к дошкольному учреждению может привести к осложнению в его поведении. Например, строгость к детям не уверенным, малообщительным вызывает у них слезы, нежелание находиться в детском саду. Резкий тон обращения вызывает у легковозбудимых детей излишнее возбуждение, непослушание.

Поведение ребенка под влиянием сложившихся привычек также приобретает индивидуальный характер. Если он не умеет, есть самостоятельно, то в детском саду отказывается от еды, ждет, чтобы его накормили. Так же, если не знает, как мыть руки в новой обстановке – сразу плачет; если не знает, где взять игрушку – тоже плачет; не привык спать без укачивания – плачет и т.д. поэтому очень важно знать привычки ребенка, считаться с ними, а плохие постепенно исправлять.

Незнание привычек ребенка значительно осложняет работу. Педагогические воздействия становятся стихийными, нецеленаправленными и часто не дают необходимого результата. Все привычки и навыки каждого вновь поступившего ребенка сразу узнать трудно, да они и не всегда проявляются в новых условиях. Воспитателю необходимо помнить, что ребенок с ОВЗ, имеющий необходимые навыки, не всегда может перенести их в новую обстановку, ему необходима помощь взрослого.

В домашних условиях ребенок привыкает к характеру применяемых педагогических воздействий, выраженных не только спокойным ровным тоном, но и в тоне строгой требовательности. Тем не менее, строгий тон воспитателя или няни может вызвать испуг. И наоборот, ребенок, привыкший к громким раздраженным указаниям, не всегда выполнит тихие спокойные указания воспитателя. Опыт общения ребенка с окружающими, полученный им до прихода в детский сад, определяет характер его адаптации к условиям детского сада. Поэтому именно знание содержания потребностей ребенка в общении является тем ключиком, с помощью которого можно определить характер педагогических воздействий на него в адаптационный период.

Только чувство защищенности может помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы, позволяющие ему приспособиться к новым условиям.