Профилактика психоэмоционального напряжения у детей раннего возраста в период адаптации к условиям дошкольного учреждения

Рева Лариса Владимировна
воспитатель
ГККП «Ясли-сад №3 «Балбөбек» города Есиль
при отделе образования по Есильскому району
управления образования Акмолинской области

По данным статистики основной социальный заказ родителей, приводящих ребёнка в детский сад – сохранение и укрепление здоровья малыша. Реалии современного социально-экономического положения большинства семей таковы, что сложно найти альтернативу воспитания в дошкольном учреждении, при этом дети «поступают» в детский сад чаще всего на втором году жизни, то есть, согласно возрастной периодизации психического развития человека - в период раннего детства.

Ранний возраст (1 – 3 года) – период формирования самостоятельности, активности, и всестороннее развитие ребёнка в этом возрасте может происходить только при условии атмосферы доброжелательности и безопасности, поддержки значимого для малыша взрослого, который помогает определить зону самостоятельных действий, ограничений и создаёт обстановку тепла, доброты и внимания. Проблема привыкания детей раннего возраста особенно актуальна в современной образовательной системе. Об этом свидетельствуют и медицинские показатели – рост нервно – психических заболеваний у дошкольников увеличивается, занимая пятое место среди других заболеваний.

Педагогу, работающему с детьми раннего возраста, необходимо руководствоваться идеей создания особого организованного здоровьесберегающего жизненного пространства. И это требует от воспитателя педагогической компетентности, профессионально – психологических установок, творческого стиля деятельности. Всё это будет способствовать успешной адаптации детей к условиям дошкольного учреждения, и в случае поддержки со стороны родителей и выстраивания с ними партнёрских отношений.

В своей работе мы сталкиваемся со следующими проблемами: во-первых, это большая численность воспитанников в группе, во-вторых – отсутствие в ДОУ специалистов – педагога – психолога, социального педагога, в-третьих – у многих родителей к моменту поступления ребёнка в детский сад наблюдается высокий уровень тревожности. Как правило, их процент на начало посещения ребёнком учреждения – высокий – 75 – 85%. Таким образом, выстраивание педагогического процесса ведётся по двум направлениям – с родителями (законными представителями), с детьми.

Конечно, работа коллектива ДОУ начинается за 3 месяца до поступления детей в группу, так называемый доадаптационный период. Главная цель в этот период – формирование положительного настроя у семей воспитанников, снижение эмоциональной тревожности по отношению к детскому саду, создание оптимальных условий для дальнейшего сотрудничества.

На этом этапе проводится:

1. информирование родителей (законных представителей) о поступлении ребёнка в детский сад, встреча с заведующим и воспитателями;
2. анкетирование с целью изучения условий и особенностей воспитания детей, социального статуса семей, выявления родительских требований к ДОУ. Прогнозируется и планируется деятельность педагогического коллектива;
3. родительское собрание «Приятно познакомиться!», на котором педагоги информируют о психологических особенностях детей раннего возраста, подготовке ребёнка к поступлению в ДОУ, особенностях адаптации. Проводится экскурсия по детскому саду. Предлагается наглядный материал (памятки, буклеты, рекомендации). Совместно с семьями воспитанников составляется подвижный график приёма детей в группу и обсуждается помощь в создании благоприятной развивающей предметно-пространственной среды.

Целью адаптационного этапа является снижение психоэмоционального напряжения детей на основе оптимизации условий пребывания в детском саду. В первую очередь – это наполнение группы, соответствующее естественным потребностям детей раннего возраста (движение, игра, предметно – манипулятивная деятельность). Накопившееся отрицательное напряжение маленькие дети, в основном, проявляют на телесном, физическом уровне, снять это напряжение помогают предметы для физической активности – мягкие модули, мячи для бросания, подушки. После фазы острого напряжения малышам необходимо успокоиться, что очень важно

в адаптационный период, наиболее привлекательными для детей в этом случае являются различные ёмкости с сыпучими предметами, крупой, кинетическим песком, сенсорные сухие бассейны. Они способствуют, во-первых, положительному эмоциональному настрою, во-вторых, отвлекают малышей от разлуки с близкими людьми.

Для создания благожелательной доступной и открытой групповой среды незаменима помощь родителей. При правильном подходе педагогов (позитивной направленности, конкретности объяснений о зоне ближайшего развития ребёнка, практических примерах) многие семьи воспитанников готовы к сотрудничеству, помогают пополнить игровое оборудование различными самодельными материалами, соответствующими нормам СанПиН.

Для успешной адаптации детей к условиям ДОУ необходимо создать у них положительную установку. Это, прежде всего, зависит от деятельности воспитателей, одной из важнейших задач в которой является формирование доверия к новым взрослым и сверстникам. В адаптационный период сразу после приёма детей в группу мы проводим специально-организованные занятия, состоящие из нескольких упражнений на снятие напряжённости в незнакомой обстановке, телесных зажимов, эмоциональное сближение, формирование положительных эмоций. Включение в такие игры музыкально-театрализованных элементов, несомненно, вызывают у малышей интерес и желание в них участвовать. При этом мы создаём психологический комфорт и обеспечиваем эмоциональное благополучие через театрализованные игры, используя приём эмпатии, который очень необходим именно в раннем возрасте. Продолжительность – 7 – 10 минут, два раза в неделю. Данные развивающие игры адаптированы и использованы из анималотерапевтической программы Кряжевой Н. Л. «Кот и пёс спешат на помощь».

В направлении профилактики психоэмоционального напряжения у детей раннего возраста мы используем такую эффективную форму работы, как групповые традиции.

1. Традиция «Утро радостных встреч» с включением сеанса распределения подарков от воспитателя. Такие сеансы, которые мы проводим каждый понедельник, позволяют создать атмосферу равных прав на доступном для данного возраста уровне, и способствуют доверительному отношению к педагогу. Всё зависит от фантазии и творчества воспитателя: любые безопасные бросовые материалы могут превратиться в яркие, интересные и завлекательные игрушки, с которыми можно совершать манипуляции (бабочки из фантиков, шумелки, шуршащие коробочки, тактильные бусы и др.)

2. Традиция «Уважения личной собственности». Малыши с особым трепетом относятся к игрушке или другой любимой вещи, принесённой из дома. Такая традиция формирует у ребёнка чувство безопасности в группе детского сада и гарантию сохранности личных вещей.

3. Традиция «Творческая мастерская». Вместе с педагогом малыши удобно располагаются за общим столом и занимаются по желанию каждого продуктивными видами деятельности – рисуют, лепят, конструируют, тем самым происходит снятие мышечного напряжения. В такой общей творческой обстановке дети, с одной стороны, сами выбирают, чем они хотят заниматься, с другой, заимствуют идеи и способы их воплощения у воспитателя и сверстников. Такие моменты приятного общения способствуют созданию дружелюбной, доверительной атмосферы в группе.

4. Традиция «Мысленного возращения к прошедшему дню». Когда дети уже остаются на дневной сон, воспитатель во второй половине дня приглашает «посидеть рядком да поговорить ладком». Самое главное в таких беседах то, что каждый ребёнок услышит о себе что-то доброе, его успехи отметят и похвалят.

5. Традиция «Доброе утро, малыши!». Проводится по аналогии с детской передачей, где игровые персонажи знакомят на доступном для малышей уровне с правилами поведения, формируют культурно-гигиенические навыки, вызывают положительный эмоциональный отклик. «Волшебный» телевизор, который помогает воспитателю разыгрывать небольшие игровые сюжеты, очень нравится малышам, они с радостью его смотрят.

6. Традиция «Совместные праздники». Как правило, в группе раннего возраста практикуется проведение утренников без присутствия родителей. Современные технические средства, интернет, конечно, позволяют показать праздник, но активное участие семей воспитанников в различных групповых мероприятиях позволяет ввести родителей в пространство детского сада, эффективно влияет на формирование именно партнёрских отношений между семьёй и дошкольным учреждением, формирует положительное отношение к педагогическому коллективу. То есть в соответствии с ФГОС ДО обеспечивается открытость деятельности ДОУ, прежде всего для родителей.

В ходе планирования воспитательно-образовательного процесса для снижения уровня психоэмоционального напряжения у детей раннего возраста выдвигаются критерии для оценки результатов адаптации. Для этого мы ведём адаптационные листы на каждого ребёнка, в которых фиксируются результаты наблюдений (особенности поведенческих

Свидетельство о постановке на учет периодического печатного издания, информационного агентства и сетевого издания №KZ93VPY00020180 выдано Комитетом информации Министерства информации и общественного развития РК 11.02.2020 г.

реакций, отношение к расставанию с родителями, эмоциональное состояние, аппетит, сон, социальные контакты). Оценить степень эффективности проводимой работы можно по положительной динамике адаптационных возможностей детей. За последние два года уровень детей с тяжёлой степенью адаптации составляет не более 17%. Результаты повторного анкетирования семей воспитанников показывают, что именно такая организация совместной деятельности способствует снижению уровня тревожности у родителей и формированию устойчивых партнёрских отношений. Анализируя все эти данные на итоговом адаптационном совещании, мы отметили, что система нашей работы дает стабильные хорошие результаты.

Литература:

1. Алямовская В.Г. Ясли - это серьезно. М., 2000
2. В. Сотникова. Самые маленькие в детском саду. (из опыта работы московских педагогов). Приложение к журналу «Обруч», 2005
3. Первые шаги (Модель воспитания детей раннего возраста). Материалы московского городского конкурса 2001-2002. М. 2002
4. Адаптация ребенка к условиям дошкольного учреждения. Методические материалы для специалистов службы сопровождения ДОУ. / Под ред. Афанасьевой Н.В., Ястребовой Г.А.- Вологда: Изд. центр ВИРО, 2007
5. Радуга: программа воспитания, образования и развития детей от 2 до 7 лет в условиях дет. сада Т. И. Гризик, Т. Н. Доронова, Е. В. Соловьёва, С. Г. Якобсон; науч. рук. Е. В. Соловьёва. М.: Просвещение, 2010.

Сетевое издание SEVIBA: Образование | SEVIBA.KZ
Свидетельство о постановке на учет периодического печатного издания, информационного агентства и сетевого издания №KZ93VPY00020180 выдано Комитетом информации Министерства информации и общественного развития РК 11.02.2020 г.