

Государственное учреждение дополнительного образования взрослых  
«Витебский областной институт развития образования»

Отдел дошкольного и специального образования

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА  
СЕМИНАРА-ПРАКТИКУМА  
«ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ 1–2 ЛЕТ К УСЛОВИЯМ  
УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

для воспитателей дошкольного образования групп второго раннего возраста

Цель – совершенствование профессиональных компетенций воспитателей дошкольного образования по вопросам адаптации детей 1-2 лет к условиям учреждения дошкольного образования

Задачи:

актуализировать теоретические знания участников семинара-практикума об особенностях адаптации детей раннего возраста к учреждению дошкольного образования;

познакомить воспитателей дошкольного образования с системой эффективных моделей поведения, снижающих стресс у детей раннего возраста в период привыкания к условиям детского сада;

формировать тактику поведения воспитателя дошкольного образования в зависимости от степени протекания адаптации у ребенка

Сроки реализации: 2026-2028 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Теоретические аспекты адаптации детей второго года жизни. Возрастные характеристики периода. Специфика адаптационных реакций (поведенческие реакции, физиологические реакции). Стадии адаптации. Факторы, влияющие на адаптацию. Учет индивидуальных особенностей ребенка в период адаптации. Психологические механизмы адаптации. Стратегии эффективной адаптации. Профилактика сложной адаптации.	2ч.
2. Эффективные модели поведения в период адаптации детей раннего возраста. Особенности адаптации детей 1–2 лет: этапы, факторы успеха, работа с тревожностью. Эффективные модели поведения для родителей в период адаптации (постепенность и предсказуемость, поддержка и эмоциональная связь, сотрудничество с педагогическими работниками, терпение и гибкость). Тактика	2ч.

Ход мероприятия.

## 1. Организационный момент

Упражнение «Свеча».

– Коллеги, представьте, пожалуйста, что в руках у вас маленькая свеча – тепло адаптации. Передавая ее, скажите одно слово, которое ассоциируется у вас со словом «Адаптация» (радость, тревога, слезы, привычка, обнимашки, профессиональный рост и т.д.).

«Адаптация» (от лат. Adaptatio) – приспособление, прилаживание. «Адаптация» в психологии – перестройка психики индивида под воздействием окружающей среды; способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой.

– Безусловно, адаптация – это сложный процесс, однако, как правило, он заканчивается с положительным результатом.

## 2. Теоретическая часть «Особенности протекания адаптации ребенка к условиям учреждения дошкольного образования».

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Для любого ребенка начало посещения детского сада – сильнейший стресс. Даже самый здоровый ребенок растеряется, впервые попав в совершенно новую обстановку, где нет мамы, которая помогла бы в ней разобраться, привыкнуть, освоиться; где много совершенно незнакомых детей, которые часто плачут; ходят чужие взрослые, которых надо слушаться: они дают есть незнакомую еду из чужих тарелок, кладут спать в незнакомую кроватку и нет любимого зайца, с которым всегда засыпаешь дома.

С первых дней пребывания ребенка в детском саду воспитателю дошкольного образования необходимо обеспечить, прежде всего, психологический и физический комфорт для детей, смягчить трудности перехода от домашнего (разного у всех) к общественному (одинаковому для всех) образу жизни.

Если дети понимают воспитателя – их легко обучить тому, с чем дома они не сталкивались или привыкли делать по-другому. Конечно, первостепенную важность имеет индивидуальный подход – надо помнить и учитывать, кто из детей что умеет, у кого из них какие затруднения.

Выделяют два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

К основным показателям адаптации относятся:

- поведенческие реакции,
- показатели нервно-психического развития,
- заболеваемость и течение болезни,
- антропометрические показатели физического развития.

Различают три степени тяжести протекания адаптации.

Параметр	Легкая (до 2 недель)	Средняя (20-40 дней)	Тяжелая (от 2 мес. до полугода)
Сон	Быстро засыпает, спит по режиму	Долго укладывается, спит чутко, кратковременно, беспокойно	Отказ от сна, истерики перед сном
Аппетит	Ест все, но может отказываться от нового	Ест выборочно, мало	Отказ от еды, рвота при виде еды. Потеря веса
Эмоции	Плачет на входе, успокаивается за 10-15 мин Не болеет, либо 1 раз	Плач волнообразен (то играет, то плачет) Болеет до 2 раз, не более 10 дней, без осложнений	Постоянный плач, апатия, агрессия, появляются патологические привычки, может быть энурез. Болеет более 3 раз
Контакт	Идет на руки к воспитателю	Идет только через игрушку	Избегает, отворачивается

### 3. Практическая часть

#### Мозговой штурм

Задание 1. «Тактика поведения воспитателя в зависимости от степени протекания адаптации у ребенка».

– Сейчас вам необходимо описать свои действия при общении с детьми с разными степенями протекания адаптационного периода (ответы).

Подведение итогов:

легкая степень адаптации – доброжелательное отношение воспитателя дошкольного образования к детям, организация с ними совместной предметной и игровой деятельности, удовлетворение потребности

воспитанников в познании окружающей действительности, а также использование доступных просьб, указаний, инструкций, повышающих активность детей;

средняя степень адаптации – воспитатель дошкольного образования в ласковой и доброжелательной форме знакомит ребенка с окружающими предметами, игрушками, их названиями, способами действий с ними. К таким детям следует чаще обращаться с вежливой просьбой что-либо подать, принести, сложить, при этом воспитатель должен быть уверен, что содержание просьбы доступно пониманию ребенка. В ходе самостоятельных действий с предметами у детей усиливается потребность в общении с воспитателем на основе познавательного интереса, закладываются основы речевой, деловой формы общения;

тяжелая степень адаптации – такие дети нуждаются в особом внимании со стороны взрослого. Прежде всего, необходимо, чтобы у ребенка исчез страх перед детским садом, появилось доверие к воспитателю. Первый шаг к этому – установление положительно-доверительного контакта между родителями и педагогическим работником. Необходимо объяснить родителям, что в присутствии ребенка близкий взрослый должен эмоционально выразить радость по поводу того, что ребенок пришел в детский сад к доброму и любящему воспитателю. Со своей стороны педагогический работник с удовольствием отмечает, какой хороший ребенок поступил в ясли, рассказывает, как интересно и весело в детском саду.

Все непривычные детям действия надо проговаривать, объяснять, многократно повторять: «Сейчас мы все оденемся, подойдем к своим, шкафчикам – это у нас Мишин шкаф, а это – Машин, а это – твой. А ты, Соня, молодец, сама свой шкаф нашла».

Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому детям предлагаются игры «Шнуровка», с резиновыми игрушками-пищалками, соединение деталей крупного конструктора и т.д.

Лучшим лекарством от стресса является смех. Воспитателю дошкольного образования необходимо создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся, используя игрушки-забавы, «Прятки» (накрывать игрушки платком), приглашение необычных гостей – зайчики, клоуны, лисички и т.д.

Важным моментом в воспитании детей в адаптационный период является формирование речевых навыков и элементарных игровых умений. Самым эффективным методом является организация совместной с воспитателем предметной деятельности.

Задание 2. «Ошибки воспитателей дошкольного образования при взаимодействии с детьми» (участники делятся на 2 команды).

1 команде необходимо будет назвать основные ошибки во время утреннего приема детей, а 2 – во время укладывания ребенка спать. (5-7 минут для обсуждения).

Примерные ответы:

1. «Мама, уходите быстрее», диалог с матерью через плач ребенка, игнорирование ритуала прощания с родителями (помахать в окно, поцелуй, объятия, прижимание ладошки матери к ладошке ребенка и т.д.), встреча ребенка холодным приветствием, демонстрация родителям своего превосходства в вопросах воспитания детей, неприязненное отношение к личностным особенностям родителей или ребенка и др.

2. Молчаливое, без объяснений укладывание спать; «насильное» укладывание; укладывание спать, не выяснив у родителей особенностей засыпания ребенка дома; отсутствие успокаивающих стимулов или ритуала укладывания (поглаживание по спине или плечам, рассказывание сказки, колыбельные песни, запись белого шума - монотонный звук и т.д.).

Подведение итога: для того, чтобы снизить страх и тревожность детей во время отрыва от родителей воспитателю не стоит брать ребенка из рук родителей спиной к себе. Целесообразно использовать ритуал «Передача»: стать лицом к матери и протянуть игрушку – «посредника», чтобы отвлечь внимание ребенка. Ритуалы встречи детей могут быть разные: колокольчик, клубок ниток, матрешка, мыльные пузыри и т.д.

Отход ко сну должен доставлять ребенку радость. Главная задача воспитателя – настроить детей на сон, который начинается после выхода детей из-за стола после обеда. Важно подробно рассказывать детям о предстоящих действиях, сообщать, что мягкие матрасики и подушки, с котиками или собачками очень ждут их и готовы накрыть теплыми одеялами. Как правило, дети не соглашаются спать в детском саду, так как у них сформирована привычка спать дома. В таких случаях нужно сказать, что они не будут спать, просто их игрушка устала и хочет отдохнуть, и просит полежать рядышком. Также важно разговаривать с воспитанниками спокойным убаюкивающим тоном либо шепотом. Колыбельные песни или сказки можно сочинять на ходу, о том какие в группе замечательные дети, чем они занимались в течение дня, что будут делать и т.д. Сюжетом сказок также могут быть приключения пёрышка или облачка (с периодическим поглаживанием ребенка от их имени). Хороший эффект засыпания дает поглаживание переносицы, а также головы ребенка и бровей, при этом рука должна касаться лишь кончиков волос.

Легкое похлопывание по подушке в темпе 60-70 ударов в минуту позволит создать имитацию сердцебиения матери.

4. Рефлексия и подведение итогов.

– Что вам понравилось? Какие были затруднения? Ваши предложения для проведения семинаров по проблеме развития детей раннего возраста в условиях учреждения дошкольного образования и семьи.