

Игровые технологии в адаптации детей раннего возраста к дошкольной образовательной организации

*Т.Ю. Тихонович, канд. психол.н.,
доцент каф. психологии и педагогики
детства КГПУ им. В.П. Астафьева*

Формирование личности ребенка в современном мире неразрывно связано с его социализацией, адаптацией в социуме и коллективе сверстников.

Проблема адаптации относится к числу фундаментальных как в психологии, так и во многих других областях научного знания.

Ранний и дошкольный возраст являются периодами интенсивного физического и личностного развития, формирования функциональных систем детского организма. Именно в дошкольном возрасте начинается адаптация ребенка к коллективу сверстников.

Адаптация как приспособление организма к новой обстановке характеризуется широким диапазоном индивидуальных проявлений психофизиологического, личностного и поведенческого характера.

На этот процесс оказывает влияние множество факторов, к основным из них следует отнести:

- 1. Уровень нервно-психического развития, соответствующий возрастной норме.*
- 2. Возрастной период поступления ребенка в дошкольное учреждение, учитывающий эпикризисные сроки (1г.3мес.; 1г.6 мес.; 1г.9мес.; 2г.3мес.; 2г.6мес.; 2г.9мес.; 3г).*
- 3. Физический статус ребенка и его психологическое состояние.*
- 4. Наличие опыта общения ребенка со сверстниками.*
- 5. Наличие предшествующей тренировки нервной системы ребенка.*
- 6. Условия воспитания в семье (режим дня, режим питания).*
- 7. Наличие или отсутствие отклонений в раннем онтогенезе (анамнез).*

8. *Степень резистентности (или инфекционной устойчивости) организма.*
9. *Наличие или отсутствие хронических заболеваний.*
10. *Выраженность темпераментальных черт личности ребенка, особенно тех из них, которые характеризуют поведенческую активность*[5].

С поступлением ребенка в детский сад его жизнь кардинальным образом меняется: становится четким режим и распорядок дня, снижается количество времени, проводимого с родителями, предъявляются новые требования со стороны незнакомых взрослых, также ребенок вынужден находиться в новой обстановке и в постоянном контакте со сверстниками. Все эти изменения тем или иным образом сказываются на поведении ребенка и его эмоциональном состоянии, поскольку создают стрессовую ситуацию.

Баркан А. И. раскрывает ряд показателей психоэмоционального уровня, которые характеризуют особенности поведения и проявления эмоций у ребенка, адаптирующегося к новому организованному коллективу [1].

1. Отрицательные эмоции. Могут волнообразно проявляться в течение всего дня в виде подавленности, безучастности, конфликтности, капризности.

2. Страх. Это пусковой механизм стрессовых реакций. Ребенок боится новой обстановки, встречи с незнакомыми людьми, новых воспитателей, а главное, потерять родителей.

3. Гнев. Ребенок раздражителен, раним, проявляет вспышки гнева в разных ситуациях.

4. Положительные эмоции (радость, улыбка, веселый смех). Маловыражены в период адаптации и появляются, как только ребенок адаптируется.

5. Социальные контакты. Н. Д. Ватутина выделяет три группы детей по уровню общения:

– к первой группе относятся дети, у которых преобладают отрицательные эмоции: отказ от контакта со взрослым и сверстниками, ежеминутное вспоминание близких;

– ко второй группе относятся дети с неустойчивым эмоциональным состоянием.

Такой ребенок боится потерять взрослого и постоянно ведет за ним наблюдение, могут быть ответные действия на предложения взрослого, но контакт со сверстниками отсутствует;

– к третьей группе относятся дети, у которых активный контакт со взрослыми.

Дети активно перемещаются по группе, действуют с игрушками, происходит временный контакт со сверстниками, инициативная речь.

6. Познавательная деятельность (снижается и угасает на фоне адаптации).

7. Социальные навыки. Под воздействием стресса дети могут терять навыки самообслуживания (самостоятельно есть, одеваться, раздеваться и др.).

8. Особенности речи. У некоторых детей происходит регресс речевого развития (чаще всего при тяжелой степени адаптации).

9. Двигательная активность. В период адаптации может проявляться в виде излишней заторможенности или гиперактивности.

10. Сон. Изменяется длительность и характер сна в целом. Дневной сон может отсутствовать совсем, ночной сон может быть прерывистым, беспокойным.

11. Аппетит. На фоне стресса аппетит может отсутствовать или быть плохим (либо чрезмерным). Нормализация аппетита сигнализирует о том, что отрицательные сдвиги адаптационного стресса не нарастают.

Адаптационный стресс изменяет и реактивность детского организма (защитные силы). С одной стороны, ребенок сталкивается с высокой вирусной нагрузкой в детском коллективе, в связи с чем, начинает часто болеть острыми респираторными заболеваниями, с другой стороны, отмечается психосоматическая реакция организма на стресс, в ответ на эмоциональные переживания, на новую ситуацию, ребенок начинает болеть.

Необходимое условие успешной адаптации - это согласованность действий родителей и педагогов по преодолению адаптационного стресса.

Одним из способов достижения данного условия являются игровые технологии в работе с адаптирующимися детьми.

Цель данных игровых технологий – эмоциональное общение, налаживание контакта между ребенком и взрослым, освоение окружающей среды, формирование у ребенка чувства уверенности в новой обстановке.

В этой связи могут быть выделены следующие группы и виды игр:

1. Коммуникативные игры (вербальные и невербальные), направленные на налаживание контакта взрослого с ребенком, детей между собой. Такие игры способствуют формированию коммуникативных качеств, позитивного отношения к другим людям, развития умения владеть своими чувствами и эмоциями, сопереживать партнерам по общению, конструктивно взаимодействовать и сотрудничать со сверстниками и взрослыми.
2. Игры для мышечного и эмоционального расслабления. Направлены на снятие эмоционального напряжения и тревоги, мышечных зажимов, достижение расслабления и релаксации.
3. Игры для формирования у ребенка чувства уверенности в себе в новой обстановке. Это игры, способствующие формированию положительного эмоционального настроя, эмоционального контакта, доверия к педагогам и окружающей обстановке.
4. Игры для развития познавательных и игровых умений [2; 6; 8].

В процессе организации игр необходимо придерживаться последовательности, стабильности, уделяя особое место эмоциональному компоненту игр.

Организация игр должна быть выстроена с учетом этапов адаптационного процесса.

Так, задачей первого этапа (острой адаптации), является стабилизация эмоционального состояния ребенка, поскольку именно на первом этапе адаптации показатели эмоционального состояния ребенка характеризуются нестабильностью. В этой связи, на данном этапе целесообразнее

организовывать игры, направленные на снятие эмоционального напряжения и тревоги, мышечных зажимов, достижение расслабления и релаксации.

На втором этапе адаптации (подостром), целесообразным является расширение социальных контактов ребенка, поэтому на данном этапе необходимо включать игры, направленные на налаживание контакта взрослого с ребенком, детей между собой.

Третий этап адаптации, именуемый в отечественной литературе (Р.В. Тонкова-Ямпольская, Е. Шмидт-Кольмер (1980), О.И. Давыдова, А.А. Майер (2005), Н.В. Кирюхина (2006), Н.В. Соколовская (2008)) фазой компенсации или адаптированности, имеет своей задачей развитие познавательной и игровой деятельности ребенка. Следовательно, на данном этапе необходимы игры для формирования у ребенка чувства уверенности в себе в новой обстановке, развития познавательных и игровых умений [5; 7].

Важным аспектом является и работа с родителями на этапе подготовки ребенка к посещению детского сада. Здесь можно использовать сюжетные игры с детьми с участием родителей, направленные на знакомство детей с новыми условиями жизни в детском саду.

Главная цель таких игр – постепенное введение ребенка в новое пространство через игровые ситуации, отражающие жизнь ребенка в детском саду, демонстрация новой социальной ситуации через близкого взрослого. Это может быть проигрывание взрослым с ребенком игровых сюжетов, соответствующих жизни ребенка в детском саду, в результате чего ребенок усваивает ряд правил:

- незнакомые взрослые принимают на себя реализацию удовлетворения потребностей, которые раньше удовлетворялись только близкими людьми (в реализации бытовых проблем, в заботе, помощи, понимании, защите и т.д.);

- незнакомые сверстники (в значительно большем количестве, чем в прежнем опыте общения ребенка), с которыми надо взаимодействовать;

- новое большое помещение с фиксированными смысловыми зонами и значениями, а также новые правила поведения в группе (режимные моменты,

занятия, понятие очередности при получении какой-либо помощи от воспитателя и др.)

На этапе подготовки детей к посещению детского сада целесообразно проводить игровые занятия с детско-родительскими парами (мама и ребенок или папа и ребенок). Такие занятия позволят ребенку через близкого взрослого принять правила новых условий жизни в детском саду, условия разлуки с близкими взрослыми и установить ритуалы прощания с ними, стабилизировать эмоциональное состояние, развить игровые и коммуникативные навыки, сформировать доверие и понимание значимости нового социального окружения. В этой связи можно выделить 4 направления игровых занятий для проведения в детско-родительских парах:

1. Формирование чувства уверенности в новом пространстве.
2. Стабилизация эмоционального состояния ребенка раннего возраста (снятие психоэмоционального напряжения, тревожности).
3. Развитие навыков общения со сверстниками и взрослыми в условиях детского сада.
4. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе, развитие игровой и познавательной активности детей.

Каждое из направлений педагог или педагог-психолог может наполнить своим содержанием, своими играми, которые будут наиболее подходящими для детей и их родителей [5; 7].

Для снятия эмоционального напряжения, уменьшения проявлений тревоги, страха можно использовать подвижные игры. Благоприятно влияют на эмоциональное самочувствие ребенка игры-занятия с элементами песочной терапии. Для формирования положительных взаимоотношений между детьми, между взрослым и ребенком можно использовать пальчиковые игры, которые дают возможность ребенку осознать себя в системе телесных координат, сформировать схему тела, что предотвращает возможность возникновения неврозов, развивает чувство самообладания, уверенность в себе.

Таким образом, правильно выстроенная система занятий с использованием игровых технологий по подготовке к посещению детского сада детей раннего возраста, а также в период их адаптации к нему, станет залогом успешного вхождения в новый социум и приспособления к новым условиям жизни в детском коллективе.

Список использованной литературы:

1. Баркан А. И. Практическая психология, или как научиться понимать своего ребенка. М.: АСТ-ПРЕСС. 2007. 417 с.
2. Ермолаева М. Г. Игра в образовательном процессе: Методическое пособие. Санкт-Петербург.: СПб АППО. 2005. 112 с.
3. Касаткина Е. И. Игровые технологии в образовательном процессе ДООУ // Управление ДООУ. 2012. №5.
4. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДООУ: практическое пособие. Москва: Айрис-пресс. 2012. 112 с.
5. Ковалевский В.А., Сидоркина Т.Ю. Психолого-педагогические аспекты адаптации часто болеющих детей к дошкольному образовательному учреждению // Психология обучения. 2014.№ 4. С.101-107.
6. Михайленко Т. М. Игровые технологии как вид педагогических технологий // Педагогика: традиции и инновации: материалы междунар. науч. конф. (г. Челябинск, октябрь 2011 г.) Т. I. Челябинск: Два комсомольца, 2011. С. 140–146.
7. Сидоркина Т.Ю. Адаптация часто болеющих детей к дошкольному образовательному учреждению [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2013. № 3(20). – URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 21.03.2023).
8. Шматова М.М. Игровые технологии как средство адаптации ребенка к условиям ДООУ (из опыта работы)// Совушка. 2019. №1 (15). URL: <https://kssovushka.ru/zhurnal/15/> (дата обращения: 18.03.2023).