

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

СОВЕТЫ ПЕДАГОГАМ
И РОДИТЕЛЯМ



Санкт-Петербург
2010

ББК 74.105
А28

Составитель Русаков А. С.
А28 Адаптация ребёнка к детскому саду. Советы педагогам
и родителям: Сборник. — СПб.: Речь, Образовательные
проекты; М.: Сфера 2010. — 128 с. (илл.)

Серия «Большая энциклопедия маленького мира»
2010
Подписные индексы в каталоге Агентства «Роспечать»
29978, 19367



ISBN 978-5-9268-963-0

Адаптация — приспособительная реакция, основанная на инстинкте самосохранения, который предполагает избегания опасных, неблагоприятных ситуаций. Отрыв от семьи, помещение в изолированную детскую среду с одним взрослым, выполняющим функции и воспитателя, и надзирателя, да ещё в совершенно незнакомой обстановке, оказывается для ребёнка именно такой ситуацией.

Что могут сделать, с одной стороны, родители, а с другой — воспитатели и руководители детских садов, для того, чтобы помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы, которые позволят ему приспособиться к новым условиям, сохранить бодрость и здоровье, стать успешным и счастливым в своей дошкольной жизни?

ISBN 978-5-9268-963-0

© Издательство «Речь», 2010
© ООО «Образовательные проекты», 2010
© АНО «Агентство образовательного сотрудничества», 2010
© А. С. Русаков, составление, 2010
© Н. Д. Ильинская, иллюстрации, 2010
© П. В. Борозенц, обложка, 2010

СОДЕРЖАНИЕ

Быстро уводим плачущих... Или можно как-то иначе?
Вместо предисловия..... 5

1. МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Самые первые вопросы 11
Как облегчить адаптацию?..... 19
Адаптация и родители 27
Факторы риска и факторы благополучия 38
Золотое правило здоровья 44

2. ВОСПИТАТЕЛЬ ВСТРЕЧАЕТ ТРЁХЛЕТНИХ ДЕТЕЙ

Пожалуйста, не спешите!..... 49
День, разбитый на кусочки 54

3. ГВОЗДЬ ИЗ РОДНОГО ДОМА

Как опускается потолок возможностей..... 63
Наши решения. Свой мир у каждого ребёнка 68
Взрослые добреют вместе с детьми..... 72

4. ДЕТСКИЙ САД ВСТРЕЧАЕТ НОВЫХ ВОСПИТАННИКОВ: ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ РЕШЕНИЙ

Адаптация в ясельной группе 81
Ясли для малыша, школа для мамы..... 84
Заблаговременное знакомство..... 87
Две недели утреннего внимания 94
Первый шаг — освоение пространства..... 97

5. СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ. ПРОЕКТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Детский сад понарошку. Об игровой методике
введения детей в детсадовский образ жизни..... 105
На пороге детского сада 117

Наш сборник составлен по материалам, опубликованным в разные годы в газете «Детский сад со всех сторон». Он обращён в равной мере к родителям и воспитателям и нацелен на то, чтобы дать разностороннее, достаточно объёмное представление о проблемах первых недель адаптации малышкой в детском саду и о возможностях эффективной помощи им со стороны взрослых.

Первый раздел посвящён обсуждению грамотных подходов к решению проблем адаптации с медицинской точки зрения.

Во втором разделе рассматриваются возрастные особенности наиболее многочисленной категории детсадовских «новичков» — трёхлетних детей — и опыт выстраивания внимательных, мудрых и радостных отношений с ними.

В третьем и четвёртом разделах представлены модели организации жизни детских садов, ориентированных на особую заботу о своих новых подопечных (как совсем маленьких — ясельного возраста, так и четырёх-пятилетних детей).

Пятый раздел обращён непосредственно к родителям.

БЫСТРО УВОДИМ ПЛАЧУЩИХ... ИЛИ МОЖНО КАК-ТО ИНАЧЕ?

Вместо предисловия

Проблема не нова и давно в центре внимания. Современные исследования и рекомендации о том, как подготовить малыша к поступлению в садик, достаточно многочисленны. Но наблюдение за детьми показывает, что проблема адаптации сейчас стоит столь же остро, как и прежде.

ГЛАВНОЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВО, провоцирующее стресс у ребёнка, — это отрыв от матери и оставление ребёнка одного с незнакомыми детьми и чужим, незнакомым взрослым. Ведь до сих пор, оказываясь в новой ситуации, ребёнок получал поддержку матери, её присутствие укрепляло его в новой, необычной ситуации, создавало психологический комфорт. А теперь?..

Следует учесть и то, что у ребёнка младшего дошкольного возраста потребность в общении со сверстниками только формируется. Из-за неумения договориться и несформированности навыков совместной игры часто возникают конфликты. В итоге первые дни в детском саду оставляют негативное впечатление и, как результат, следуют яростные отказы от дальнейшего посещения, слёзы, истерики, психосоматические заболевания.

ВСЕ ИССЛЕДОВАТЕЛИ отмечают, что адаптация ребёнка к детскому саду обычно протекает с массой негативных сдвигов в детском организме на всех уровнях и во всех системах:

- преобладают отрицательные эмоции, страх;
- нежелание вступать в контакт ни со сверстниками, ни со взрослыми;
- утрачиваются навыки самообслуживания;
- нарушается сон;
- снижается аппетит;
- регрессирует речь;
- двигательная активность либо сильно падает до заторможенного состояния, либо возрастает до уровня гиперактивности.

Последствиями стрессовой ситуации являются снижение иммунитета и многочисленные заболевания.

Общая подавленность ребёнка приводит к снижению его познавательной активности, и в результате получается, что адаптационный период (особенно затянувшийся) — период жизни ребёнка, на протяжении которого он не реализует задачи развития, а наоборот, регрессирует.

Концом периода адаптации и принято считать момент, когда регрессирующие функции восстановились. Выделяют три степени адаптации: лёгкую (15–30 дней), среднюю (30–60 дней) и тяжёлую (от 2 до 6 месяцев). По статистике, большинство детей, поступивших в детский сад, переживают среднюю или тяжёлую форму адаптации.

ЧТО ТРАДИЦИОННО РЕКОМЕНДУЮТ?

Во-первых, важен уровень развития игровых навыков, умение занять себя интересным делом, а также организовать игру вместе с другими детьми. Сформированность игровой деятельности позволяет ребёнку переключаться на игру с эмоционально напряжённого состояния на игру.

Во-вторых, чем лучше ребёнок умеет налаживать контакт со взрослыми и с детьми, тем лучше для адаптации. Поэтому

важно заранее предоставлять малышу возможности общения не только с узким кругом близких родственников. Конечно, перегружать малыша не следует, но и, оказавшись в новой социальной, обстановке ребёнок не должен приходить в состояние глубокого стресса. Должен возникать позитивный отклик на позывы, присутствовать ориентировочные реакции (для чего, разумеется, ему важно чувствовать поддержку со стороны близких).

В-третьих, в литературе по адаптации к детскому саду авторы советуют родителям предварительно рассказать ребёнку о детском саде и познакомить его с воспитателями, с детьми, возможно, погулять на площадке, т. е. как-то познакомить его с ближайшим будущим.

Некоторые авторы даже пишут о том, что за день до прихода ребёнка в детский сад, воспитатель должен прийти к нему в гости и познакомиться с его семьей.

В УСТАВАХ ДЕТСКИХ САДОВ прописано, что родители имеют право присутствовать с ребёнком в группе, правда с оговоркой «если это не нарушает режима». К сожалению, в преобладающем большинстве случаев знакомство не осуществляется, присутствие родителей в группе не одобряется, а практически запрещается, со ссылкой на некий предыдущий негативный опыт.

Максимум, что предлагается родителям после отправления ребёнка в групповое помещение, — сидеть в коридоре, привлекая тем самым внимание ребёнка к входной двери; и оп, увидев любую возможность, спешит выскочить за дверь и проверить, там ли мама.

Туда же устремляются взоры остальных детей...

Ответственными за подобные расхождения вполне оправданных рекомендаций с действительностью практически полностью являются дошкольные учреждения.

БОЛЬШИНСТВО детских садов идут по издавна установившейся традиции — воспитатель быстро уводит плачущих или растерянных детей в группу. Вероятно, полвека назад, когда ясли начинались с трёх месяцев, подобный метод «простого забирая» был действительно единственно возможным. Тогда пребывание

в яслях с такого раннего детства, а следом за ним и в детском саду становилось для детей абсолютно естественным.

Ситуация кардинально меняется, когда ребёнок приходит в ясли после полутора лет, как это разрешено законом и принято уже много лет. Очевидно, что всё вышесказанное очерчивает широкий круг проблем, требующих решения.

Давайте попробуем поискать и свои пути...

Татьяна Владимировна ОСТРОВСКАЯ

1. МЕДИКО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ



АВТОР ПЕРВОГО РАЗДЕЛА

Ирина Борисовна Куркина —

известный московский медик и педагог, канд. мед. наук, многолетний сотрудник Центра «Дошкольное детство» им. А. В. Запорожца, один из разработчиков раздела «Здоровье» в программе «Истоки», редактор приложения «Здоровье — стиль жизни» в газете «Детский сад со всех сторон».

САМЫЕ ПЕРВЫЕ ВОПРОСЫ

Как известно, адаптация — это приспособительная реакция, основанная на инстинкте самосохранения. Инстинкт самосохранения предполагает избегания опасных, неблагоприятных для индивидуума ситуаций.

Отрыв от семьи, помещение в изолированную детскую среду с одним взрослым, выполняющим функции и воспитателя, и надзирателя, да ещё в совершенно незнакомой обстановке, оказывается для ребёнка именно такой неблагоприятной ситуацией.

Наверное, главное, что можем сделать мы, взрослые, — это создать такие условия в дошкольном учреждении, которые воспринимались бы ребёнком как безопасные. Только чувство защищённости может помочь ребёнку выработать саморегулирующиеся механизмы, позволяющие ему приспособиться к новым условиям.

РЕБЁНОК ощущает себя в безопасности, находясь рядом со своим близким и значимым взрослым, с которым он прожил вместе первые годы своей жизни. Поэтому учёные и педагоги так часто говорят о том, что адаптация к дошкольному учреждению проходит легче в том случае, если ребёнок первое время ходит в детский сад со своей мамой или бабушкой.

Может оказаться, что в дошкольном учреждении для ребёнка ново абсолютно всё. В этом случае приспособляться ему придётся и к новой обстановке, и к новым людям, к новому режиму дня, питанию и многому-многому другому. Но главное то, что ребёнок должен свыкнуться с мыслью, что он будет жить один в этом новом для него мире.

Вначале (ориентировочно-исследовательская реакция) идёт сравнение того, что ребёнок ожидает встретить или увидеть в детском саду, с той реальной действительностью, с которой он сталкивается, приходя туда. От того, насколько соответствуют они друг другу, во многом зависит и характер адаптации.

Далее мы постараемся ответить на наиболее характерные вопросы воспитателей и родителей, связанных с этой непростой темой.

**Что происходит с психикой
и с организмом ребёнка в период адаптации?
Заметно ли это по каким-либо внешним признакам?**

На уровне физиологии мозга при адаптации отмечается десинхронизирующее влияние подкорки на кору больших полушарий. Нормальные ритмы бодрствования на электроэнцефалограмме сменяются практически прямой линией, только слегка зазубренной. Это свидетельствует о том, что кора «отключается», предоставляя возможность подкорке вступить в свои полномочия.

Происходит активизация того отдела вегетативной нервной системы, который отвечает за реакцию и поведение человека в стрессовых ситуациях (симпатической нервной системы).

В результате этого у ребёнка наблюдается реакция тревожного ожидания, нарастает нервное напряжение, повышается мышечный тонус, возникает спазм периферических сосудов, в том числе кожи и слизистых оболочек. Происходит напряжение приспособительных сил организма. Далее включаются механизмы саморегуляции, мобилизируются и вырабатываются совершенно новые саморегуляторные механизмы в соответствии с изменившимися внешними условиями.

Имеются и внешние отличительные признаки только что поступившего в детский сад ребёнка. Внешне он выглядит бледным, у него отмечается учащение пульса и частоты дыхания. Он может быть насторожен, может проявлять беспокойство и даже капризничать. У него повышается уровень тревожности.

В первые дни пребывания в детском саду «новенькие» практически не общаются сами, наблюдая за поведением других детей и взрослых. Деятельность их может быть хаотичной и непродуктивной.

Большую часть времени они присматриваются и прислушиваются, находясь в состоянии некоторой растерянности. Они мало говорят, не очень чётко воспринимают то, что говорят им другие ребята и взрослые. При этом дети легче воспринимают невербальные сигналы — интонацию говорящего, его мимику и жесты, нежели словесные инструкции.

**Чем различаются между собой разные уровни адаптации?
Как меняются в период адаптации поведение и привычки
ребёнка? Сколько времени это может продолжаться?**

Физиологическая адаптация предполагает изменение деятельности функциональных систем организма (дыхательной, пищеварительной, сердечнососудистой и других), направленное на приспособление к новым условиям внешней среды.

Психическая адаптация предполагает перестройку динамического стереотипа в соответствии с новыми требованиями окружающей обстановки.

Социальная адаптация предполагает установление оптимального взаимодействия личности и коллектива, усвоение норм и традиций группы, овладение новыми средствами и новым образом действия; вхождение в ролевую структуру группы.

Даже при хорошей адаптации в первое время у ребёнка может быть снижен аппетит; из-за повышенной настороженности он долго не может заснуть, а заснув, спит тревожно и недолго.

Ребёнок может даже не выполнять привычных для него действий. Возникает впечатление, что он мало что умеет делать: не может ни одеться, ни умыться самостоятельно. Но надо знать, что психический и физиологический регресс — это нормальная реакция адаптирующегося организма.

БЫВАЕТ ТАК, что родители рассказывают воспитателям о том, что ребёнок любит рисовать, что он много и хорошо рисует дома, а воспитатели видят, что, приходя в детский сад, ребёнок не только не рисует, но даже и карандаш не может как следует держать. В данной ситуации выводы о способностях ребёнка можно будет сделать только после окончания адаптационного периода, то есть месяца через два-три.

Как определить, успешно проходит адаптация или нет?

Поскольку в период адаптации происходит перестройка деятельности практически всех органов и систем, направленная на выработку новых условных рефлексов, то и отслеживать характер адаптации можно по тем негативным, с точки зрения взрослого, изменениям, которые возникли у ребёнка в этот период, и по тому времени, в течение которого они у него наблюдаются.

Зная, как в норме меняется поведение ребёнка, мы можем отобрать показатели, по которым и будем оценивать продолжительность адаптационного периода и интенсивность этого процесса. Это сон и засыпание, аппетит, эмоциональное состояние, адекватность поведения, характер общения со сверстниками и взрослыми и заболевания ребёнка.

Продолжительность и степень выраженности указанных отклонений зависит от возраста и пола ребёнка, его психофизического состояния и личностных особенностей. Большое влияние оказывает и организация процесса жизнедеятельности в группе детского сада и во всём дошкольном учреждении в целом.

ПРИНЯТО РАЗЛИЧАТЬ тяжёлую и лёгкую адаптацию, а также кратковременную и долговременную. Кратковременная адаптация продолжается в течение 2–6 недель, долговременная — 6–9 месяцев. о завершении периода адаптации позволяет судить лишь стабилизация всех показателей, как физических, так и психических.

Для воспитателей дошкольных учреждений разработаны различные карты наблюдений за состоянием ребёнка в период кратковременной адаптации. В них воспитатели ежедневно фиксируют особенности поведения и самочувствие ребёнка, делая акцент на положительной динамике. Цветом отмечаются позитивные сдвиги в состоянии ребёнка, а также некоторые ещё сохраняющиеся негативные явления.

После окончательной нормализации состояния ребёнка карты сдаются старшей медицинской сестре ДОО и обычно подклеиваются ею в индивидуальные медицинские карты развития ребёнка. Ведь характер адаптации является основным критерием оценки состояния психического здоровья.

Если у ребёнка хорошие адаптационные возможности, он будет одинаково успешно приспосабливаться и к новому детскому кол-

лективу, и к занятиям, и к новому воспитателю, и к новым оздоровительным процедурам, короче, ко всему!

Если же по адаптационной карте видим, что у ребёнка имеются признаки дезадаптации, то в будущем, в случае каких-либо изменений условий (социальных, экологических и прочих), к этому ребёнку должно быть проявлено дополнительное внимание.

Важно помнить, что привычка к детскому саду и адаптация — два разных явления. Привыкнет волевым усилием со временем любой ребёнок, но и в старшей, и в подготовительной группе нередко встречаются дети, которые не смогли адаптироваться к дошкольному учреждению.

Как правило, вновь поступающие дети вскоре заболевают. С чем это может быть связано?

Существует, как минимум, три категории детей: у одних проблемы, связанные с адаптацией, проявляются сразу, у других — через две-три недели, у третьих видимых проблем нет. Это связано со многими факторами и зависит от уровня адаптивных возможностей организма ребёнка.

Как правило, ослабленные дети сложнее адаптируются к дошкольному учреждению. В начальный период у них возникают либо обострения хронического заболевания, либо ОРЗ (острое респираторное заболевание), либо ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция). Такие заболевания часто бывают связаны не только с тем, что в каждой микросреде имеется своя «микроринфекция» и ребёнок должен выработать иммунитет к ней, но и ещё с одним фактором.

В период адаптации у ребёнка возрастает чувствительность ко всем воздействиям окружающей среды. Это нужно для того, чтобы организм ребёнка «не пропустил» ничего нового, к чему нужно будет приспособиться в дальнейшем.

«Уход в болезнь» является защитной реакцией любого организма — и детского, и взрослого.

Постоянное пребывание ребёнка в ситуации, требующей максимальной мобилизации его защитных сил, не даёт возможности для формирования новых механизмов саморегуляции. В результате, не выдерживая нагрузки, бессознательно стремясь уйти от травмирующей ситуации, ребёнок заболевает. А заболев, он возвращается

в привычную домашнюю обстановку, к которой он и так хорошо адаптирован.

Такой «уход в болезнь» от травмирующей ситуации будет продолжаться до тех пор, пока ребёнок окончательно не сможет приспособиться к дошкольному учреждению, пока не почувствует себя в безопасной и привычной для него обстановке.

Облегчить процесс адаптации можно, уменьшив время или интенсивность нагрузки, другими словами, сократив время пребывания ребёнка в детском саду или создав щадящие условия.

Какие оздоровительные средства могут помочь ребёнку в период адаптации?

Никакие физиотерапевтические процедуры в период адаптации проводиться не должны. Однако расслабляющий массаж может быть показан детям в этот период, но только в том случае, если он не будет для ребёнка чем-то новым, к чему ему придётся дополнительно приспосабливаться. Если эта процедура ребёнку хорошо знакома, если она вызывает у него положительные эмоции и проводит её знакомый взрослый, то вреда от этого, безусловно, не будет. В противном случае проводить её не рекомендуется. Закаливание же (и высокими, и низкими температурами), которое ведёт к ещё большему напряжению деятельности системы, «отвечающей за физиологическое течение стрессовой реакции», другими словами, адаптации, может привести к срыву. Ребёнок просто заболеет вместо того, чтобы оздоровиться.

А как же проходит оздоровление детей, которые направляются в другие дошкольные учреждения для прохождения лечебно-профилактических курсов?

В настоящее время детские сады по мере сил стараются открывать оздоровительные комплексы на своей базе. Такой комплекс бывает оснащён современным оборудованием: сауной, солярием, «соляной пещерой», «горным воздухом», гидромассажной ванной и прочим. Всё это вещи замечательные, но... не всегда.

Мы уже говорили о чувстве защищённости. Когда ребёнка направляют в специализированную поликлинику или в медицинский оздоровительный центр, то он приходит туда с родителями. Родители

помогают ребёнку переодеться, если это необходимо. Они находятся рядом с ним во время отдыха после процедуры.

Если ребёнок очень мал, то он может принимать процедуры, находясь на коленях у матери, бабушки или няни. В этой ситуации ребёнка ничто не тревожит. Он спокоеен. Регулярное посещение детской поликлиники со своими близкими является привычным для большинства детей. Совершенно иначе дело обстоит в том случае, когда ребёнка направляют в специализированное дошкольное учреждение для прохождения курса оздоровления сроком от одного до трёх месяцев. В этом случае ребёнку требуется от полутора до двух месяцев (и это в лучшем случае) на адаптацию к новому детскому саду — к новой обстановке, новым традициям, новому коллективу и новым воспитателям.

Если же в этих условиях ребёнку сразу будет назначен курс оздоровительных процедур, то становится ясно, что ребёнка здесь не лечат, а совсем даже наоборот. Даже такая процедура, как гипокситерия («горный воздух»), способствующая в обычных условиях повышению защитных сил организма, способности адаптироваться к любым факторам внешней среды, к физической и умственной нагрузке, вряд ли может быть показана в данной ситуации.

Дело в том, что при использовании гипоксикатора ребёнок дышит воздухом, обеднённым кислородом. Сама эта ситуация воспринимается организмом ребёнка как стрессовая. Здоровых детей на оздоровление, как вы догадываетесь, не направляют, а ослабленный ребёнок может и не выдержать такого шокового оздоровления.

Сауна, как и закаливание, оказывает сильное дополнительное воздействие на систему гипофиза и надпочечников, находящуюся во время адаптации в особом напряжении. Усугублять это явно не стоит. В период адаптации не рекомендуется проводить и такие процедуры, как гидромассаж, поскольку он токсизирует и возбуждает детей.

Как же помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду с минимальными потерями для здоровья?

Комплектование ясельной группы дошкольного учреждения происходит, как правило, до начала учебного года. В сентябре–октябре все дети ясельной группы начинают посещать детский сад.

Ещё до того, как ребёнок начинает ходить в детский сад, родителей надо попросить ответить на ряд вопросов, касающихся на-

следственной предрасположенности, особенностей роста, развития, привычек, характера домашнего воспитания их малыша.

Беседа проводится либо психологом дошкольного учреждения, либо врачом. После этого родителям даются необходимые рекомендации (о которых мы поговорим дальше) по подготовке ребёнка к жизни в детском саду. А врач или психолог на основе беседы с родителями составляют рекомендации для воспитателей ясельной группы (либо иной группы, в которую поступает ребёнок).

Мы поговорим о некоторых специальных медицинских средствах облегчения адаптации, но, прежде всего, важно не забывать о наиболее важных педагогических действиях.

КАК ОБЛЕГЧИТЬ АДАПТАЦИЮ?

Новое воспринимается всегда сложно. Адаптация зависит от многих факторов: социальных, экологических, а также от индивидуальных психофизиологических особенностей организма ребёнка.

При поступлении ребёнка в детский сад ему следует обеспечить физический и психологический комфорт, создать условия, способствующие более быстрому и успешному протеканию адаптационного периода.

Для того чтобы ребёнок смог адаптироваться, а не просто привыкнуть к детскому саду, необходимо помимо музыки, ароматерапии, массажа и т. п. проведение специальных педагогических и психолого-педагогических мероприятий.

Как помочь самым маленьким?

Комплектование ясельной группы дошкольного учреждения происходит, как правило, до начала учебного года. И в сентябре — октябре все дети ясельной группы начинают посещать детский сад.

Мы знаем, что дети этого возраста играют «рядом», а не «вместе». Пока ещё взрослый нужен ребёнку больше, чем его же сверстник. Учитывая особенности психического развития детей третьего-четвёртого года жизни, важно обеспечить индивидуальный подход к каждому ребёнку.

Для этого (ещё до того, как ребёнок начинает ходить в детский сад) родителям предлагают ответить на ряд вопросов, касающихся наследственной предрасположенности, особенностей роста, раз-

вития, привычек, поведения и характера домашнего воспитания их ребёнка. Беседа проводится либо психологом дошкольного учреждения, либо врачом. После этого родителям даются необходимые рекомендации, о которых мы будем говорить далее, по подготовке ребёнка к поступлению в дошкольное учреждение.

Данные, полученные в результате беседы с родителями, обобщаются врачом и психологом. На их основе составляются рекомендации для воспитателей ясельной группы либо той группы, в которую поступает ребёнок.

Как знакомить с детским садом и правилами жизни в нём?

Ребёнка следует познакомить с дошкольным учреждением ещё до того, как он туда придёт на весь день. Вначале следует прийти на вечернюю прогулку, посмотреть, как дети играют, как расходятся по домам.

Если детский сад 12-часового пребывания, то важно обратить внимание ребёнка на то, что родители ежедневно забирают своих детей домой, что никто из детей на ночь не остаётся, что ночью детский сад просто не работает. Это должно зафиксироваться в сознании ребёнка. А вот на следующий день дети вновь приходят в детский сад со своими родителями.

Это следует проделать потому, что чувство времени у детей ещё не сформировано, и, попадая в детский сад, многим из них кажется, что их уже никогда отсюда родители не заберут, что это теперь «НАВСЕГДА».

Через несколько дней, если группа уже сформирована, можно будет прийти на дневную прогулку. Зайти в детский сад вместе со своей группой... Родители, находясь рядом с ребёнком, смогут объяснить ему всё то, что его интересует. А дома можно будет «проиграть» всё увиденное и услышанное.

Чем больше ребёнок будет знать о дошкольном учреждении, чем лучше будет с ним знаком, тем легче пройдёт его период адаптации. Ребёнка следует познакомить со всеми помещениями группы. Доброжелательно и спокойно рассказать ему, для чего они предназначены, когда ими пользуются, можно ли входить туда самостоятельно или только с разрешения взрослых.

Что делать, когда «новенькие» капризничают?

Малыши в период адаптации капризничают и плачут. Это «разное» явление. От одного ребёнка «ценная реакция» может охватить почти всю группу. В этих случаях одного постоянно плачущего ребёнка можно попытаться временно изолировать от группы. Медицинская сестра или свободный воспитатель, индивидуально занимаясь, могут поводить (или поносить) ребёнка по детскому саду, показывая ему уголок сказок, зимний сад, библиотеку, какие-либо другие помещения, где можно спокойно посидеть и поговорить с ребёнком.

Следует снизить уровень требований, не ругать и не наказывать ребёнка. Лучше не сравнивать его самого, его поступки с другими детьми. Чем спокойнее вы отнесётесь к его капризам, чем доброжелательнее к нему вы будете, тем быстрее он преодолеет свою «капризность».

В первые дни время пребывания ребёнка в детском саду должно быть сокращено до нескольких часов. Не следует оставлять ребёнка на дневной сон, если он ещё не привык к группе.

Детей можно забирать до обеда и дневного сна. Постепенно время пребывания в группе можно увеличить на 1–2 часа в день.

Следует снизить уровень требований. Не ругать и не наказывать ребёнка. Лучше не сравнивать его самого и его поступки с другими детьми.

В некоторых дошкольных учреждениях время поступления «новеньких» детей растягивают на месяц, в течение которого происходит постепенное привыкание детей к детскому саду. В это время часть детей приходят на вечернюю прогулку, часть — на дневную, кто-то ходит в группу с родителями, а кто-то уже самостоятельно.

Не следует разрешать родителям сидеть в соседнем помещении. От этого дети часто нервничают ещё сильнее.

Кому из родителей можно находиться в группе, а кому нет, должен решать сам воспитатель. К сожалению, есть ещё такие родители, которых даже на порог детского сада страшно пускать, не то что в группу. А отвечать за порядок и психологический комфорт придётся всё равно воспитателю.

Как следует себя вести воспитателю, если ребёнок не хочет ничего делать, не хочет даже оставаться в детском саду?

В первые дни следует предлагать ребёнку помощь и оказывать её, когда это нужно ребёнку. Если ребёнок не умеет или не хочет, например, сам одеваться, ему следует помочь, сказав, что в детском саду принято одеваться самим, без посторонней помощи, но сейчас я тебе помогу, а скоро ты сам научишься это делать.

Помните, что дошкольнику нужно регулярно повторять последовательность операций при различных видах деятельности, особенно для младших дошкольников. В большинстве случаев успешнее происходит обучение при совместной деятельности со взрослым.

Что можно ещё посоветовать воспитателю?

Старайтесь добиться хороших доверительных отношений с ребёнком. Помните, что от этого во многом зависит характер адаптации. Если воспитатель будет ребёнку правиться, то многие проблемы, связанные с приходом в детский сад, будут сняты.

Для детей старшего возраста имеют большое значение способы вхождения их в ролевую структуру группы. Важно, чтобы воспитатель помог ребёнку не только познакомиться со всеми детьми группы, но и организовал такие виды совместной деятельности, которые помогли бы новому ребёнку почувствовать себя членом коллектива сверстников.

Каковы общие организационные рекомендации?

Как мы уже говорили, самое важное — обеспечить атмосферу психического комфорта и эмоционального благополучия. А для обеспечения физического комфорта в группе должно быть тихо, тепло, светло и чисто. Следует тщательно соблюдать все гигиенические нормы и требования. Ежедневно проводить влажную уборку и проветривание в отсутствие детей.

Особое предупреждение — остерегайтесь сквозняков!

Для обеззараживания воздуха можно пользоваться **бактерицидной лампой**. Однако лучше зарекомендовала себя ароматизация по-

мещений эфирными маслами как экологически приемлемая альтернатива ультрафиолетового облучения, тем более если в помещении имеются растения или животные (рыбки, птички, хомячки и т. п.).

В период адаптации можно использовать эфирные масла бергамота, ладана, мяты, сандала, которые обладают обеззараживающим и успокаивающим действием.

Так, масло бергамота обладает противострессовым действием и имеет запах свежести. Можно использовать эфирное масло герани, оно очищает воздух и гармонизирует. Масло кориандра имеет приятный аромат, способствует расслаблению и снятию болей. Эфирные масла мимозы и лаванды успокаивают и расслабляют.

Температурный режим в период адаптации поддерживается на уровне $+22 - +23^{\circ}\text{C}$. Максимум — $+24^{\circ}\text{C}$. Не следует забывать, что маленькому ребёнку гораздо сложнее нормализовать температуру тела (т. е. поддерживать её на уровне $36,6^{\circ}\text{C}$) при перегревании, чем при охлаждении. Температура воздуха измеряется спиртовым термометром, прикрепленным к стене на высоте 70–80 см над уровнем пола, то есть на уровне высоты роста ребёнка.

Одежда детей должна быть лёгкой и просторной. Следует настаивать на том, чтобы родители приносили на смену хлопчатобумажную одежду. Одежда и обувь из натуральных волокон является экологически чистой. Через них кожа дышит, не происходит перегревания или переохлаждения.

При организации сна нужно следить за тем, чтобы воздух и постельное бельё были чистыми и тёплыми. Зная, что даже при нормальной реакции адаптирующегося организма могут наблюдаться проблемы при засыпании, надо уделить особое внимание организации сна. Можно использовать успокаивающие фиточаи, которые даются детям перед обедом, а также проводить ароматерапию седативными эфирными маслами.

Существует ряд дополнительных способов, которые способствуют созданию атмосферы психологического комфорта, снятию излишней напряжённости и чувства страха.

Например, в групповом помещении можно рекомендовать поставить запись лёгкой классической музыки: Моцарт, Шопен и т. п. Музыка должна звучать очень тихо, не привлекая к себе внимания детей.

Можно ли использовать лекарства для облегчения адаптации?

1. Для поддержания и регуляции метаболизма используют липоевую кислоту и пантотенат кальция.
2. Продигозан — индуктор собственного интерферона (по 0,5 мл — ингаляции в нос по 1 разу через каждые 3 дня. Всего 4 ингаляции).
3. Поливитамины, содержащие микроэлемент железо (ундевит, ревит, компливит, юникап, олеговит, минервит и др.).
4. Аминокислотные препараты.
5. Адаптогены способствуют мобилизации защитных сил организма и выработке приспособительных реакций.

Физиотерапию не рекомендуется ни в каком виде проводить в период адаптации.

Вакцинация. В течение всего адаптационного периода прививки детям делать нельзя. В случае благополучного протекания адаптации прививки можно начинать делать не раньше чем через месяц после поступления в детский сад.

Профилактические осмотры. Во время адаптации профосмотры педиатром, стоматологом и другими специалистами проводить не рекомендуется без строгих на то медицинских показаний. Не следует брать кровь для анализа, проводить функциональную пробу и любые другие психотравмирующие ребёнка процедуры.

В адаптационный период по колебаниям веса ребёнка можно определить стадии адаптации. В этом случае, чтобы не травмировать ребёнка, взвешивание можно проводить в присутствии родителей либо рано утром, либо перед уходом домой.

Фитотерапия. Назначаются лекарственные растения, имеющие адаптогенные свойства, влияющие на обмен веществ, поливитаминовые препараты.

Лекарственным растением, оптимальным образом сочетающим в себе все эти свойства, является шиповник. Он содержит большое количество полисахаридов, стимулирующих иммунитет, восстанавливает энергетический статус клетки. Отвар дают вместе с мякотью (20 г шиповника на 500 мл горячей воды; настаивают 6–12 часов

в термосе или термостате, затем протирают через сито). Консервированная с сахаром чёрная смородина, облепиха, рябина также обладают адаптогенными свойствами. Сильные адаптогены — такие, как настойка женьшеня, элеутерококка, золотого корня — детям давать не рекомендуется (их назначают лишь взрослым старше 45–50 лет и только в холодное время года).

Массаж. В случае наличия определённых показаний проводят лёгкий поверхностный массаж, используя приёмы поглаживания, поверхностного растирания, встряхивания. Направление движения рук массажиста должно быть от центра к периферии, что способствует большему расслаблению.

Такой поверхностный массаж способствует уменьшению мышечного напряжения (тонуса), снятию спазма периферических сосудов и нормализации общего состояния.

Лечебная (корректирующая) физкультура — ЛФК. ЛФК может проводиться группе детей, нуждающейся в этом даже в период адаптации. Нужно следить за тем, чтобы ребёнок находился в спокойном состоянии, не был зажат или напряжён. Это достигается мягкой, доброжелательной манерой общения медсестры ЛФК с детьми.

ЛФК проводится по медицинским показаниям.

Санация очагов инфекции. Выявление и санация очагов инфекции должна проводиться в течение всего года. Однако в период адаптации не следует проводить травмирующих процедур — таких, как промывание миндалин и их смазывание.

Детям, не умеющим полоскать горло, можно проводить орошение миндалин тёплой подсоленной кипячёной водой, настоями трав, раствором фурациллина. Однако это следует делать лишь в том случае, если ребёнок хорошо знаком с этой процедурой.

Для полоскания используются отвары шалфея, ромашки, зверобоя, календулы и др., раствор фурациллина и другие.

Питание. В период адаптации в питании ребёнка должно быть достаточное количество витаминов, ферментов, биологически активных веществ, которые лучшим образом сохраняются в сырой пище. Таким образом, сырые фрукты и овощи, натуральные соки, кисломолочные продукты с биодобавками являются самыми поддерживающими здоровье продуктами, которые так нужны организму.

Хорошо использовать продукты, содержащие железо (гречневая каша, яблоки и пр.); в течение дня следует несколько раз предлагать ребёнку тёплое питьё.

Зная, что в период адаптации аппетит в норме бывает снижен, не нужно принуждать ребёнка есть, доедать всё до конца, если он что-то не досл. Ребёнку младшего возраста можно предложить помочь есть, если у него ещё недостаточно сформирован навык самостоятельной еды. Старших детей следует убедить хотя бы попробовать еду.

Зная, что маленькие дети предпочитают монопродукты, не надо силой заставлять их есть салаты. Всё, что делается силой, по принуждению, может неблагоприятно сказаться на аппетите ребёнка и закрепиться в виде стойкого нежелания есть в саду.

ЛИСТ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА РЕБЁНКОМ

ДОУ № _____

Группа _____

Фамилия, имя ребёнка _____

Возраст при поступлении _____

Дата поступления _____

	ДАТЫ ПЕРИОДА АДАПТАЦИИ									
	ДНИ ПЕРИОДА АДАПТАЦИИ									
Засыпание, сон										
Аппетит										
Общее эмоциональное состояние										
Характер общения со сверстниками										
Характер общения со взрослыми										
Адекватность поведения										
Оценка за день										

АДАПТАЦИЯ И РОДИТЕЛИ

Часто дети тяжело привыкают к детскому саду. Это и понятно. И тут очень важно, как поведут себя родители. От их знаний во многом зависит готовность ребёнка к встрече с новым коллективом, с новыми условиями.

Какова роль родителей в организации подготовительного периода?

Родители должны знать, что от сформированности навыков адаптивного поведения и самообслуживания во многом зависит успешность пребывания ребёнка в дошкольном учреждении. Ребёнок должен знать, как поздороваться с воспитателем и с другими детьми, как тактично привлечь к себе внимание взрослого, как обратиться с просьбой. Ему будет легче войти в коллектив, если он будет знать не только имена и отчества воспитателей, но и будет знаком с одним или несколькими детьми группы ещё до прихода в детский сад. Кроме этого, ребёнку следует знать, в каких случаях ему следует обращаться за помощью или советом к воспитателям. Все эти знания ребёнок может приобрести, наблюдая за другими детьми, а также дома, в ролевых играх с родителями.

Характер адаптации ребёнка во многом зависит от того, что рассказывают родители о дошкольном учреждении. Бывает так, что родители неосмотрительно говорят: «Будешь одеваться сам! Вот пойдёшь в детский сад — тебя там быстро научат самостоятельности». Бывает и наоборот, что родители обещают ребёнку в детском

саду «райскую жизнь». «В детском саду тебе будет очень хорошо. Там много интересного, много новых игрушек. У тебя будет много новых друзей. Там добрая тётя-воспитательница будет разрешать тебе делать всё, что захочешь» и т. д. И то и другое одинаково плохо, так как и то и другое не соответствует действительности, с которой столкнётся ребёнок, придя в детский сад.

Мы уже говорили, что ребёнка следует познакомить с дошкольным учреждением ещё до того, как он туда придёт на весь день. Хорошо, если родители познакомятся с группой детского сада, в которой будет находиться ребёнок, узнают о режиме дня и о тех правилах и требованиях, которые существуют в саду. Это нужно для того, чтобы за летний период они смогли максимально приблизить быт и режим в семье к детскому саду.

Ещё до поступления в дошкольное учреждение ребёнка следует приучить к ежедневным водным процедурам. В период адаптации не нужно начинать закаливание, а вот тёплые ванны (не душ) каждый вечер будут способствовать его расслаблению и снятию нервного напряжения. Лёгкий поглаживающий массаж после ванны поможет успокоить ребёнка перед сном. Длительное пребывание на свежем воздухе и достаточное время для самостоятельной, в т. ч. двигательной, детской деятельности будет способствовать нормализации нервно-психического состояния ребёнка.

Родителям нужно помнить, что прививки нужно сделать заранее, не позднее чем за месяц до поступления ребёнка в детский сад.

Как следует кормить ребёнка в период адаптации?

Разумно организованное питание в период адаптации является важным условием благополучного протекания этого сложного периода в жизни ребёнка.

Известно, что во время практически любой стрессовой ситуации происходит торможение деятельности пищеварительных желез. Из-за этого пища и особенно белковые продукты «недоперевариваются», вызывая интоксикацию и даже аллергизацию организма. Во избежание этого следует отдавать предпочтение кисломолочным продуктам: кефиру, йогурту, творогу с биодобавками, например «Бифидоку», «Лактофу» и др. Это поможет улучшить пищеварение ребёнка в адаптационный период.

За несколько недель до поступления в ДОО, а также в период адаптации в рационе питания ребёнка должно быть большое количество свежих фруктов и овощей, салатов и соков, содержащих много витаминов и биологически активных веществ.

Известно, что микроэлемент железо (Fe) способствует более лёгкому протеканию периода адаптации, следовательно, продукты, содержащие большое количество железа также должны быть представлены в рационе питания (яблоки, гречневая каша и др.).

Если родители заранее ознакомятся с 10-дневным меню, то они смогут не только организовать тот же режим питания, но и приучить детей к тем блюдам, которые готовятся в детском саду.

Что может помочь воспитателям лучше узнать привычки ребёнка и сделать верный прогноз?

Существуют определённые показатели, их ещё называют индикаторами, которые позволяют заранее прогнозировать тяжесть адаптационного периода. Это даёт возможность сотрудникам дошкольного учреждения своевременно принять соответствующие меры. Такими индикаторами являются данные анамнеза, т. е. история развития ребёнка с указанием всех перенесённых им заболеваний и выраженных отклонений развития. При этом особо пристальное внимание следует уделять перинатальным факторам, другими словами, течению дородового, родового и послеродового периодов. Кроме этого, большое прогностическое значение имеют социальные факторы риска (состав семьи, характер и особенности семейного воспитания).

Имеется огромное количество достоверных данных, подтверждающих тот факт, что дети второй и третьей группы здоровья хуже адаптируются к новым условиям жизни, чем практически здоровые дети, имеющие первую группу здоровья. В связи с этим необходимо учитывать, какими заболеваниями болел ребёнок до поступления в детский сад, как часто и сколько времени в среднем длились эти заболевания. Например, неосложнённые формы ОРЗ обычно могут длиться 7–9 дней. Ослабленные дети могут болеть респираторными инфекциями и две, и три недели. Защитных сил их организма не хватает для того, чтобы справиться с болезнью в короткий срок. У них долго держатся субфебрильный «хвост» и признаки астении.

ВАЖНЫМ ПОКАЗАТЕЛЕМ, позволяющим сделать правильный прогноз, является характер и степень тяжести адаптации этого ребёнка в прошлом, например при поступлении в ясли или во время каких-либо других перемен в жизни ребёнка. Исследования Р. В. Тонковой-Ямпольской указывают на связь адаптационных возможностей ребёнка и функциональной активностью мозга. В связи с этим актуально выявление тех факторов (биологических, экологических и социальных), которые могли оказать отрицательное влияние на созревание мозговых структур и формирование функциональной активности коры больших полушарий, а значит, и на совершенствование адаптационных возможностей организма ребёнка. При этом кора не «регулирует функции», а приспосабливает уже хорошо отрегулированные функции к запросам целого организма в его приспособительном поведении в ответ на внешние раздражения. «Она может, образно выражаясь, предъявлять лишь свои „претензии“ к хорошо и точно работающим аппаратам низшей саморегуляции» (П. К. Анохин).

Для правильного построения прогноза необходимо учитывать, имеются ли у родителей алкогольная зависимость, наследственные заболевания, были ли токсикозы беременности у матери, родовая травма у ребёнка, заболевания периода новорожденности и первых трёх месяцев жизни.

Заболевания матери в период беременности, приём некоторых лекарств, токсикозы первой и второй половины, осложнённые роды — всё это могло быть причиной внутриутробной гипоксии, т. е. недостаточного кислородного обеспечения мозга плода и, следовательно, недоразвития отдельных мозговых структур. Как правило, при таких осложнениях у ребёнка наблюдается перинатальная энцефалопатия (ПЭП) и/или минимальные мозговые дисфункции (ММД). Такие дети обычно стоят на учёте у невропатолога. Но после первого года жизни их с учёта снимают, а про имевшуюся патологию даже не упоминают. Однако следует помнить, что ничто не проходит бесследно. С возрастом патология мозга приобретает «другое лицо». Появляются психомоторные и поведенческие расстройства, нарушения памяти, речи, эмоциональная неуравновешенность и прочее.

Очень часто патология беременности и родов, а также состояние ребёнка в первые месяцы жизни отражаются на его физическом состоянии, замедляя темп развития функциональной активности всех систем. Следует выяснить, не было ли задержки локомоторных

реакций, когда ребёнок стал самостоятельно сидеть, стоять, ползать, ходить.

ПРИ ИЗУЧЕНИИ СОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ следует учитывать условия быта ребёнка, состав его семьи — полная, неполная, многодетная и т. д., а также особенности воспитательных воздействий: стиль и характер общения с ребёнком, соблюдение режима дня и кормления, организация бодрствования, т. е. основные моменты, от которых зависит развитие функциональной активности мозга ребёнка. Ведь хорошо известно, что наиболее тяжело адаптируются дети с сочетанным неблагополучием биологической и социальной сфер.

Для выявления всех факторов риска и построения правильного прогноза дальнейшего пребывания ребёнка в дошкольном учреждении при зачислении целесообразно проводить анкетирование родителей, а также беседовать с ними об их ребёнке.

Разработано большое количество вариантов анкет и опросников для родителей, с помощью которых можно получить необходимую информацию об особенностях раннего развития ребёнка, его привычках и склонностях. Данные сведения могут помочь медико-педагогическому коллективу правильно организовать жизнедеятельность ребёнка в группе детского сада, найти индивидуальный подход к нему.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ГОТОВНОСТИ ПОСТУПЛЕНИЯ РЕБЁНКА В ДОШКОЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ПОВЕДЕНИЕ	
Настроение: преобладает хорошее, бодрое, уравновешенное, ровное, раздражительное, неустойчивое, т. е. настроение легко меняется от незначительных причин, подавленное.	<i>Какое настроение преобладает?</i>
СОН	
Длительность: <ul style="list-style-type: none"> • быстрое (до 10 минут), • медленное (более 20 минут), • нормальное засыпание. 	

Характер засыпания: спокойный, беспокойный; крутит головой, вздрагивает, хнычет перед сном.	<i>Как засыпает ребёнок?</i>
С дополнительными воздействиями или без них.	<i>Что Вы делаете, чтобы ребёнок заснул?</i>
Продолжительность сна: дневного сна, ночного сна, общая продолжительность.	<i>Какова длительность сна?</i>
Характер сна: спит спокойно, спит чутко, беспокойно, просыпается ночью, но легко засыпает вновь, бывают ночные страхи, страшные сны, ходит во сне, разговаривает во сне.	<i>Как спит ребёнок?</i>
Длительность сна соответствует возрасту, не соответствует.	<i>Сколько времени спит ребёнок?</i>
Просыпается легко, просыпается с трудом.	
Нуждается в дневном сне, не нуждается.	
АППЕТИТ	
Хороший, повышенный, пониженный, неустойчивый, избирательный.	<i>Какой аппетит у Вашего ребёнка?</i>
Отношение к высаживанию на горшок: • положительное, • отрицательное.	<i>Как относится Ваш ребёнок к высаживанию?</i>
Навыки опрятности: • просится на горшок, • не просится, но бывает сухой, • не просится, ходит мокрый.	
Отрицательные привычки: • нет, • есть (сосёт пустышку, палец, раскачивается, крутит головой...).	<i>Есть ли у Вашего ребёнка отрицательные привычки?</i>
СВЕДЕНИЯ О СЕМЬЕ РЕБЁНКА	
Бытовые условия: собственный дом, отдельная квартира, коммунальная квартира.	<i>Имеет ли ребёнок собственную комнату?</i>
Образование родителей: мать — высшее, средне-специальное, среднее; отец — высшее, средне-специальное, среднее...	<i>Иде Вы учились?</i>

Мать работает (профессия, специальность), не работает. Отец работает (профессия, специальность), не работает.	<i>Кто Вы по специальности? Кем работаете?</i>
Состав семьи (родители, бабушки, дедушки, братья и сёстры, их возраст, другие родственники).	<i>Имел ли место распад семьи?</i>
Взаимоотношения в семье: хорошие, дружеские, холодные, деловые, официальные, напряжённые, случаются конфликты, ссоры.	
Ребёнок постоянно живёт: с родителями, бабушкой и дедушкой, няней, другими родственниками.	<i>Кто преимущественно занимается воспитанием ребёнка?</i>
Количество детей в семье, их возраст, взаимоотношения.	<i>Как общается ребёнок с братьями и сёстрами?</i>
Принципы воспитания в семье: строгое, требовательное, мягкое, демократичное, пользуется уговорами, исполняете желания ребёнка, разрешаете ему поступать, как он хочет.	<i>Имеются ли у членов семьи разногласия по поводу воспитания?</i>
Совместные занятия с ребёнком.	<i>Ведутся ли развивающие игры и занятия дома? Какие? Как часто?</i>
Экспедиции, выставки, театры, посещения гостей.	<i>Как часто и куда Вы ходите с ребёнком?</i>
Меры наказания.	<i>Как Вы наказываете ребёнка?</i>
Наиболее действенная мера наказания.	<i>Бывают ли телесные наказания?</i>
Как часто приходится наказывать ребёнка?	
Меры поощрения.	<i>Как Вы поощряете ребёнка?</i>
Наиболее действенная мера поощрения: новая игрушка, похвала, сладости, совместная деятельность или игра, разрешение сделать что-то запретное, например посмотреть подольше телевизор, другое.	<i>Приходится ли иногда ребёнка «подкупать»?</i>

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ РОДИТЕЛЕЙ	
Наследственные заболевания	<i>Какими наследственными заболеваниями страдают мать, отец, близкие родственники?</i>
Вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков)	<i>В течение какого времени и как часто? Наблюдается ли резкое изменение поведения?</i>
Наличие перино-психических заболеваний в семье и у родственников	<i>Имеются ли родственники с тяжёлым характером, замкнутые, а также лица, которым трудно давалась учёба в школе?</i>
Состояние здоровья родителей в настоящий момент	<i>Имеются ли хронические заболевания у матери или у отца? Как часто болеют?</i>

Это неполный перечень вопросов, на которые нужно постараться получить наиболее развёрнутые и искренние ответы. Если родители будут уверены, что анкетировавший заинтересован в благополучии ребёнка, что все сведения будут использованы только во благо ребёнка, что они помогут найти индивидуально-дифференцированный подход к ребёнку, а главное, что будет гарантирована полная конфиденциальность, то они будут максимально открыты в своих ответах и заинтересованы в результатах опроса.

Можно ли построить какие-либо прогнозы?

Наиболее полная картина вырисовывается при анкетировании и опросе родителей. Давайте вернёмся ко второй части анкеты. Она может помочь педагогам и медикам правильно сориентироваться, сделать верные прогнозы.

СВЕДЕНИЯ О РЕБЁНКЕ (варианты вопросов к родителям)

Каким по счёту родился.	Какая по счёту беременность?
Течение беременности.	<i>Были ли во время беременности токсикоз первой половины (тошнота, рвоты), токсикоз второй половины (повышение давления, белок в моче, судороги, обмороки), травмы, первые потрясения, переживания? Была ли угроза выкидыша?</i>
Заболевания в период беременности.	<i>Чем болела мать в период беременности: простудные заболевания, грипп, инфекционные: краснуха, корь, желтуха, другие?</i>
Имелся ли резус-конфликт?	<i>Если да, то какие меры были предприняты?</i>
Роды.	<i>Ребёнок родился в срок, переношенным или недоношенным?</i>
Течение родового периода.	<i>Роды были нормальные, быстрые, стремительные — «штормовые», затяжные? Были ли применены стимуляция, наркоз, родовспоможение: выдавливание, щипцы, вакуум-экстракция, кесарево сечение, поворот на ножку, другие виды?</i>
Осложнения при родах.	<i>Были ли при рождении асфиксия, родовая травма, гематома на головке, обвитие пуповиной, ягодичное предлежание?</i>
Состояние ребёнка при рождении.	<i>Какое имел количество баллов по шкале Апгар? Вес. Длина. Окраска кожных покровов: нормальные, бледные, желтушные, красные, синюшные. Закричал сразу или не дышал некоторое время — его хлопали, опускали в ванночку, делали уколы?</i>
Мышечный тонус при рождении. Гипертонус/ гипотонус.	<i>Ребёнок родился вялым, слабым или был в состоянии мышечного напряжения, пытался опираться на ножки, приподнимать головку?</i>

Врождённые пороки развития.	<i>Наблюдались ли вывих бедра, порок сердца, косоглазие, парез (слабость) ручки, ножки, кривошея, другое?</i>
Кормление.	<i>Сразу ли принесли кормить? На какой день приложен к груди? Хорошо сосал или слабо?</i>
Период новорождённости.	<i>Была ли желтуха новорождённых? Чем болел в этот период? Был ли поставлен на учёт к специалистам: невропатологу, кардиологу, ортопеду, к другим?</i>
Сон, аппетит, период бодрствования.	<i>В первые недели, месяцы был нормальным, вялым или беспокойным? Засыпал быстро или долго, с плачем? Приходилось ли укачивать, носить на руках? Спал хорошо, спокойно, положенное время? Были ли активные движения во сне? Часто ли просыпался? Как сосал — активно, вяло, срыгивал, быстро ли уставал сосать?</i>
Вскармливание.	<i>Сколько времени кормили грудью? Когда перешли на искусственное вскармливание? По какой причине?</i>
Моторное развитие.	<i>Когда Ваш ребёнок начал держать головку, сидеть, стоять, ползать, ходить?</i>
Речевое развитие.	<i>Произносил ли Ваш ребёнок отдельные слова до года, фразы до полутора лет? Каковы особенности речи в раннем возрасте — норма, заикание, запиная, картавость, шепелявость, косноязычие, другое? Говорит много или мало?</i>
Заболевания до года.	<i>Сколько раз болел Ваш ребёнок? Чем?</i>
Заболевания после первого года жизни.	<i>В каком возрасте болел? Чем? Течение — лёгкое, тяжёлое, затяжное, с осложнением? Простудные заболевания — сколько раз? Были ли рахит, диатез, отит (воспаление среднего уха), воспаление лёгких, желудочно-кишечные заболевания (дизентерия, сальмонеллёз и др.), желтуха, заболевания мочеполовой системы (цистит, пиелонефрит)?</i>

Инфекционные заболевания.	<i>Болел ли Ваш ребёнок корью, краснухой, ветряной оспой, скарлатиной, свинкой, другими заболеваниями?</i>
Хронические заболевания.	<i>Какими хроническими заболеваниями страдает Ваш ребёнок? Состоит ли на учёте у врачей-специалистов — ЛОР, фтизиатр, инфекционист, окулист, ревматолог, психоневролог, логопед, других? По какому поводу?</i>
Характеристика активности ребёнка.	<i>Беспокоен ли с первых месяцев? Вылезал ли из кроватки, манежа на первом месяце? Ваш ребёнок подвижный, беспокойный, любознательный, равнодушный, спокойный, заторможенный, любит заниматься сам, требует постоянного внимания взрослого, возбудимый, бросает одно дело, не закончив, и принимается за другое, любит стереотипные игры и занятия, легко переключается с одного вида деятельности на другой</i>
Травмы, операции.	<i>Были ли у Вашего ребёнка травмы или операции? В каком возрасте? Какие?</i>

ФАКТОРЫ РИСКА И ФАКТОРЫ БЛАГОПОЛУЧИЯ

Почему, несмотря на огромные усилия педагогов и родителей, проблемы адаптации детей к детскому саду стоят по-прежнему остро? Возможно, потому, что обращают внимание на отдельные явления, а не на всю целостную обстановку, окружающую ребёнка в новых обстоятельствах.

Для обеспечения психофизического благополучия важно знать, какие факторы влияют на развитие и становление психики ребёнка, включая все регуляторные механизмы.

Можно выделить внешние по отношению к ребёнку факторы — это эколого-климатические, энерго-биологические и социально-экономические, а также внутренние — эмоции ребёнка, его деятельность и личностные установки.

Если администрация и воспитатели дошкольного учреждения будут удерживать сразу все шесть факторов при организации педагогического процесса, то ребёнок будет себя чувствовать явно комфортнее.

При этом нужно помнить, что «экологическая чистота» включает в себя не только отсутствие загрязнения воды, воздуха и продуктов питания, но и определённый уровень шума, соблюдение известных гигиенических норм, оптимальную плотность наполнения группы, определённый уровень и качество поступающей ребёнку информации. Ведь «информационный бум», большое количество психотравмирующих ситуаций, возросшие требования современного общества к психоэмоциональной устойчивости человека рассматриваются экологами как следствия цивилизации и относятся ими к экологическим факторам риска.

Во многих дошкольных учреждениях пытаются «свести адаптацию к нулю». Правильно ли это?

Адаптация является одним из основных показателей психического здоровья, наряду с самореализацией человека в коллективе сверстников. «Бороться» с адаптацией нельзя. Возникающая в организме перестройка биологически целесообразна. Необходимо стремиться к тому, чтобы она проходила легко, и не было тяжёлых форм приспособительных реакций.

Условно разделяют течение адаптационного периода на лёгкое, средней тяжести и тяжёлое. Тяжёлые формы адаптации не всегда заканчиваются благополучно. Как правило, они встречаются у детей с отклонениями в развитии или состоянии здоровья. При сочетании перинатальных осложнений и социального неблагополучия в семье дети имеют определённые нарушения со стороны психического здоровья, что не может не сказаться и на их адаптации к новым условиям.

Какие факторы оказывают наиболее сильное влияние на процесс адаптации к дошкольному учреждению?

Не только психофизическое состояние самого ребёнка и его личностные особенности влияют на качество и степень выраженности адаптивных процессов, но и целый комплекс внешних по отношению к ребёнку факторов. Это и новый коллектив. Какой он? На каких принципах строится взаимодействие его членов? Все ли члены этого коллектива здоровы физически и психически? Какие нормы этические и поведенческие царствуют в нём?

А личность воспитателя? Да ещё и не одного!.. Разве не нужно ребёнку приспосабливаться в первую очередь к требованиям каждого взрослого?! А какие эти требования, зависит и от общего культурного уровня педагога, и от его уровня профессиональной подготовки, от характерологических особенностей и даже от состояния его здоровья.

Впервые попадая в условия организованной деятельности, ребёнок вынужден ограничивать свои желания и потребности, он должен вести себя в соответствии с требованиями воспитателя и нового

коллектива. На ребёнка ложатся непривычные и далеко не всегда приятные для него новые обязанности. Кроме этого, ребёнку необходимо приспособиться к новому режиму дня, к иной организации питания, к новой предметно-пространственной среде, к вынужденному ограничению двигательной активности и многому другому.

Поступление в дошкольное учреждение для многих из ребят является эмоционально-стрессовой ситуацией, при которой изменяется привычный стереотип, возрастает психоэмоциональная нагрузка. В этих условиях организаторам педагогического процесса важно максимально исключить возможность возникновения дополнительных психотравмирующих ситуаций.

Что может быть отнесено к биологическим факторам риска?

К биологическим факторам относятся наследственные факторы, состояние здоровья родителей, особенно матери в период беременности, роды, послеродовой период, заболевания ребёнка, особенно в первые три месяца жизни. Кроме этого, организация режима дня, питание, сон, двигательная деятельность, другими словами, всё то, что оказывает как бы непосредственное влияние на физическое развитие.

Если в семье ребёнка и в дошкольном учреждении ведут здоровый образ жизни, занимаются закаливанием, физической культурой, питаются правильно и рационально, если сами взрослые, то есть «посетители» здорового образа жизни физически и психически здоровы, умеют управлять собственными эмоциями, контролировать поведение и т. п., то можно предположить, что с точки зрения биологических факторов ребёнок находится в достаточно комфортных условиях.

На каких принципах должна строиться психолого-педагогическая работа в период адаптации?

Основополагающих принципов организации психолого-педагогической работы — два. Это природосообразность и целесообразность. И они должны соблюдаться не только в период адаптации, но и на всём протяжении пребывания ребёнка в дошкольном учрежде-

нии. Я не буду сейчас останавливаться на всех остальных принципах. Скажу только о первом и, с моей точки зрения, основном — об обеспечении безопасности.

Как строится работа по обеспечению безопасности в дошкольном учреждении?

Обеспечение безопасности детей является одним из основных принципов организации социальной психолого-педагогической работы в дошкольном учреждении. При этом успешно сформировать навыки безопасного поведения можно лишь в том случае, если сам ребёнок ощущает себя в безопасности.

В ситуации защищённости ребёнок испытывает положительные эмоции, которые являются и условием успешного формирования мотивации к освоению материала и тем основным показателем, по которому можно судить о результатах педагогической работы по обеспечению безопасности дошкольников.

Как и в любой другой сфере педагогической деятельности, мы выделяем три составляющие этой работы:

- 1) *организация условий,*
- 2) *непосредственное обучение,*
- 3) *контроль и коррекция линии саморазвития.*

Говоря о создании условий, мы имеем в виду организацию безопасной среды с точки зрения физической, психической и социальной безопасности.

Строгое соблюдение санитарно-гигиенических норм, обеспечение экологической чистоты, организация качественного рационального питания, исключение из обихода потенциально опасных для детей веществ и предметов является непременным условием обеспечения физической безопасности.

Что включают в себя понятия психической и социальной безопасности?

Организация условий, обеспечивающих психическую безопасность детей, в первую очередь предполагает создание благоприятной возможности для формирования новых динамических стереотипов

поведения для самореализации в интеллектуальной и познавательной деятельности. Психическая безопасность является базисом психического здоровья детей.

Организаторы педагогического процесса обращают внимание на охрану нервной системы детей и их психики, а именно: на организацию рационального гибкого режима дня, оптимальное, а в период адаптации минимальное количество новой учебной информации, внедрение современных здоровьесберегающих форм обучения, обеспечение условий для оптимальной двигательной деятельности детей — самостоятельной и организованной, достаточное время пребывания на свежем воздухе и др.

Социальная безопасность обеспечивается специальной психолого-педагогической работой по формированию устойчивого детского сообщества, нормализации жизнедеятельности, а также отходом от авторитарного стиля руководства детской деятельностью и общения с детьми.

Другими словами, организация атмосферы эмоционального благополучия является тем непременным условием, при котором возможно обеспечение психической и социальной безопасности детей. Ведь известно, что многие «необдуманные» поступки дети совершают не по незнанию, а в силу неустойчивости психических реакций.

Как проходит обучение детей правилам безопасного поведения? Какими методическими пособиями можно пользоваться?

Говоря о второй составляющей педагогической деятельности, мы имеем в виду непосредственное «обучение» детей, другими словами, формирование у детей образа безопасно действующего лица. Обучение предполагает и формирование навыков адаптивного поведения, и предоставление детям необходимой суммы информации, касающейся общепринятых норм поведения в различных ситуациях, в том числе опасных, и совместная со взрослым «безопасная» деятельность, например при переходе проезжей части дороги, во время походов на природу, или при пользовании колющими или режущими предметами, электронными приборами и т. д.

Эту работу следует начинать постепенно, после окончания периода кратковременной адаптации. Главное, чтобы она не проходила

постоянно в виде урочных фронтальных занятий, а была включена в повседневную жизнедеятельность детского коллектива.

Что касается передачи информации, то эта часть образовательного процесса наиболее широко представлена в имеющейся педагогической литературе по обеспечению безопасности дошкольников и младших школьников (К. Ю. Белая, В. Н. Зимонина, Л. А. Кондрюкинская, Л. В. Куцакова, С. И. Мерзлякова, В. Н. Сахарова, А. В. Гостищин и др.).

Однако третья составляющая педагогического процесса — контроль и коррекция линии саморазвития ребёнка — в настоящее время отработана в практике дошкольных учреждений ещё недостаточно.

Как же оценить, насколько успешно проводится работа по обеспечению безопасности в детском саду?

Педагогу нужно отслеживать, насколько безопасно ведут себя дети в различных жизненных ситуациях, насколько осознанно они могут действовать и объяснять причины своего поведения. При этом он обращает внимание на индикатор — эмоции ребёнка, которые выражаются в экспрессивной сфере двигательной деятельности, в голосе, жестах, мимике, позе ребёнка, а также фиксировать момент, когда менялась открытая позиция ребёнка на закрытую.

Если навыки адаптивного и безопасного поведения успешно сформированы, если ребёнок правильно ориентируется в сложившейся ситуации, то он чувствует себя достаточно уверенно и свободно. При ощущении безопасности, даже в состоянии неопределённости ребёнок проявляет заинтересованность и разумное любопытство. При этом он может быть спокоен, сосредоточен или даже весел, у него появляется оптимистичный настрой, что не мешает правильному принятию решения. Он действует целенаправленно и продуктивно, т. е. рационально.

При обеспечении безопасности дошкольников формирование безопасного образа действия, навыков адаптивного и безопасного поведения, осознанного отношения к различным проблемным ситуациям наиболее успешно проходит у детей с высоким уровнем психического здоровья.

ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО ЗДОРОВЬЯ

Есть одно золотое правило организации жизнедеятельности в детском сообществе: «Можно делать всё, если это не мешает окружающим и не опасно для здоровья».

Это правило относится уже не только к периоду адаптации, но и ко всей жизни детей в саду, к их адаптации и самореализации в коллективе сверстников.

Вот интересный факт. Дети, которые занимаются в детских садах по программам Е. Е. Шулешко или «Золотой ключик», болеют значительно реже, посещаемость детского сада у них выше, а состояние психического здоровья лучше.

В чём же дело?

В первую очередь следует говорить о психологическом комфорте, который заложен в основу программы организации жизнедеятельности и оказывает положительное влияние на состояние здоровья в целом. Здесь детей «не пичкают» знаниями, их не заставляют строго следовать всем правилам распорядка. Всё происходит как бы само собой, естественным для ребёнка образом. И при этом создаются такие условия, которые позволяют удовлетворить прекрасное детское любопытство.

У детей есть насыщенная жизнь, есть и интрига в этой жизни. Хочется жить, хочется узнать то, что тебя держит в активном состоянии познания. Но за разгадкой одной тайны сразу следует другая, ещё более «тайная» и ещё более привлекательная и заманчивая.

Есть ли время болеть? Когда каждый день идешь в детский сад с горящими глазами, надеясь не пропустить самого интересного в этой интриге жизни.

Но организация интересной жизни детского сообщества — далеко не единственное условие психологического комфорта.

Помимо удовлетворения потребности в познавательной активности как одной из движущих сил интеллектуального развития можно обращать внимание на то, какая обстановка царит в группе. Если ребёнок боится быть осмеянным или даже отвергнутым, если он знает, что его могут просто не выслушать, разве раскроет он священный бутон своей души перед этими людьми?

Снятие регламентаций — важнейшее условие реализации здоровьесберегающих программ. Можно делать всё! Однако первые несколько месяцев после снятия регламентации дети ещё не знают на собственном опыте, что именно можно делать, а чего нельзя, что будет мешать им самим и другим детям, чего не следует делать вообще, а если сделал, то к каким последствиям (в социальном плане) это может привести. И не взрослый должен им на это указывать, а сами дети.

Например, сделал ты что-то не то. И не взяли тебя играть. Прощи — не берут. Вот и приходится самому меняться, подстраиваться. И не потому, что этого требует воспитательница, а потому, что это нужно для того, чтобы тебя признали, чтобы ты стал успешным в своём коллективе сверстников.

Период самоорганизации коллектива не так уж долг. Воспитателям следует лишь набраться доброго терпения и наблюдать за детьми в течение двух месяцев, т. е. того самого обычного периода адаптации к новой программе. Однако если при установке жёстких ограничительных мер ребёнок реагирует на это «уходом в болезнь», то в этом случае дети обычно и не думают болеть. Напротив, посещаемость повышается, а заболеваемость снижается.

В чём причина?

Оказывается, что для детей банальные ОРЗ и ОРВИ — это и есть те самые психосоматические заболевания. Остальные жизненно важные органы природой надёжно защищены. А вот носоглотка оказалась уязвимой.

Что ж, ОРЗ не такое уж страшное заболевание. **Можно и почитать чуть-чуть, чтобы иметь полное законное право выйти**

из психотравмирующей ситуации. Нужно время, покой и отдых для того, чтобы переработать — внутренне, неосознанно, конечно, всю ту информацию, которая легла на ребенка тяжелым грузом ограничений и запретов: *не трогай! не разговаривай! не ходи туда! не бегай! не кричи! слушай меня! молчи! ешь всё до конца! быстрее-быстрее!* — и так до бесконечности.

Почему в наших детских садах не принято спрашивать ребёнка: «Что ты хочешь делать? Нравится ли тебе то, чем мы занимаемся? Почему? А что бы ты предложил?» Наверное, страшно спрашивать. Вдруг ребёнок захочет чего-то такого, на что я не способна, чего нельзя, чего-то такого, что вынудит меня заниматься только с этим ребенком, а не держать под контролем всех.

Хотя все знают, что контролировать — дело неблагодарное.

Так, может быть, и не надо?

Что, если попробовать просто интересно пожить с детьми, говорить с ними, рассказывать о себе, о своих детях, наблюдать за тем, как они растут и умнеют, «*считать их успехи*» (как любит говорить, например, тот же Евгений Евгеньевич Шуляк). Вот тогда первый шаг к охране психического здоровья будет сделан. И даже не зная пока никаких специальных критериев оценки состояния психического здоровья, можно будет сразу заметить, что наши дети стали естественнее, раскрепощеннее, менее напряженными и что они стали больше смеяться и меньше болеть.

Детский смех, который мы так часто слышали раньше, практически ушёл из дошкольных учреждений, оставив место молчаливому терпению. Да! Терпят они нас, взрослых, другого выхода мы им не оставляем, когда целыми днями мы их формируем, закалываем, настаиваем, учим...

А может, стоит и нам поучиться у них чистоте, непосредственности, открытости, умению радоваться той жизни, которая у нас есть?!

2. ВОСПИТАТЕЛЬ ВСТРЕЧАЕТ Трёхлетних детей



АВТОРЫ ВТОРОГО РАЗДЕЛА:

Раиса Сергеевна Сёмова —

украинский воспитатель, методист, активный деятель дошкольного общественно-педагогического движения на Украине, ведущий специалист программы «Обновление и самообразование» в Донецкой области.

Валентина Тарасовна Иванова —

один из самых знаменитых российских педагогов. Валентина Тарасовна стала воспитателем ещё в блокадном Ленинграде, потом многие годы сотрудничала с ведущими ленинградскими учёными-дошкольниками, а со временем вместе с Н. М. Крыловой стала создателем педагогической технологии «Детский сад — Дом радости».

ПОЖАЛУЙСТА, НЕ СПЕШИТЕ!

ДВАДЦАТЬ СОЛНЫШЕК И ХОЛОДНАЯ КРОВАТЬ

Возраст трёх лет очень не простой, вовсе не однозначный. С одной стороны, радость — ребёнок вдруг осознаёт, что его возможности гораздо шире, чем ему до этого казалось. Но есть и другое. Он вдруг чувствует, что, как только станет самостоятельным — перестанет быть маленьким. Это своего рода первая трагедия растущего человека.

Страшно, что именно в три года, в столь сложный возраст, родители отдают ребёнка в детский сад. Это же почти предательство! Наверное, самое сложное в этом возрасте — потеря телесного, прямого контакта с мамой. И ещё — новые, незнакомые взрослые, новые условия, всё новое.

В любой, даже неблагополучной, семье ребёнок — солнышко, вокруг которого все вращается. А тут таких солнышек ползает двадцать и никто вокруг них не вращается. С одной стороны, это помогает ребёнку вдруг сразу перешагнуть своё раннее детство и стать действительно намного взрослее. Если это психически и физически здоровый ребёнок, всё будет хорошо. Но, к сожалению, у нас вполне здоровых детей весьма небольшой процент...

В маленьком детском саду каждый ребёнок может рассчитывать на поддержку взрослого в большей степени, нежели в детском саду с наполняемостью в пятнадцать–двадцать человек. Например, мне всегда неуютно смотреть на то, как стайка детишек гуськом идёт

в спальню и укладывается в холодную чужую кроватку. Ну до чего тяжёлый момент!

Многие дети, забравшись на одеяло, садятся и молча, медленно раскачиваются. Это имитация внутриутробного состояния. Ребёнок хочет к маме. Перед сном он хочет хотя бы секундного контакта с тёплыми, любящими руками. А поскольку их нет, раскачиванием он старается сам себя успокоить.

ПОМЕНЬШЕ ОДНОЗНАЧНЫХ ОЦЕНОК, ПОБОЛЬШЕ АТМОСФЕРЫ СЕМЕЙНОГО КЛУБА...

Если до сих пор речь шла о вещах, во многом не зависящих от воспитателя, то следующая просьба уже лично к нему. Есть такая педагогическая заповедь: «Не навреди». В отношении малышей я бы добавила: «Не спешите».

Не спешите вводить детей в круг контактов, общих игр и общих разговоров. Не спешите ребёнку подсказывать. Ведь до сих пор он не видел такого количества столь же маленьких, одновременно друг с другом живущих собратьев.

Мне всегда было интересно, как малыш воспринимает других детей? Воспринимает ли он их как сверстников, или он воспринимает их, как объекты для собственного пользования, или как окружающую обстановку, или как-то ещё? Вот он подошёл и ударил, ни с того ни с сего, казалось бы, стукнул товарища. Почему? Это что, проявление агрессии или это способ познания окружающего мира?

Вот кто-то сидит и молчит. У меня дома мишка сидит точно так же. Мишку я мог вот так толкнуть, он падал, и я на него верхом садился. А если я этого так толкну? А он, оказывается, не падает, а разворачивается и действует в ответ точно так, как я. Как интересно! И ничего страшного.

Но вот конфликт на детской площадке. Мама и без того старается малыша держать поближе к себе. А тут такое безобразие. Мама хватается своего ребёнка, отводит в сторону и говорит: «Ты к нему больше не подходи!» То есть он плохой. Почему плохой? Да он просто-напросто, может, так знакомился. Но всё равно не подходит. Это сказала мама.

Если мама сказала «Не подходи», значит, там какая-то опасность. И что потом ждёт ребёнка, который придёт в детский сад и увидит

тем целый ряд похожих опасностей! К тому же нельзя забывать, что мальчики, в отличие от девочек, менее общительны, они будут гораздо дольше разбираться в существующих в данном месте порядках. Придётся потерпеть.

Поэтому период адаптации, традиционно обозначенный в месячный срок, по-моему, должен длиться гораздо дольше. Я бы предложила более частое присутствие родителей и более кратковременное пребывание маленьких детей в детском саду.

Словом, было бы замечательно, если бы это был клуб, а не группа детского сада.

...Помню, как воспитательница однажды скрутила из тряпочки куколку. Просто так, для себя. Это нужно было видеть — какая очередь детей выстроилась к ней, какой интерес вызвали эти маленькие куколки. И мальчики, и девочки одинаково хотели себе такую куколку. Что они видели? Непонятно. Кукла без лица, без глазок, без ротика. Взрослого, может быть, и оттолкнет. Но дети и ней что-то видят. Может, куклу по своему настроению? Если мне весело, куколка в ответ улыбается, если грустно, кукла грустит вместе со мной. Я пожалею такую куколку, прижму её к себе, покачаю и сам успокоюсь.

ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЕ РУКИ И ВЕЩЕСТВА ДОБРОГО МИРА

Трёхлетний ребёнок во многом познаёт мир руками, развивает все стороны своей личности через тактильные ощущения. Это возраст для телесных игр, игр с ручками, с пальчиками.

В одном детском саду при входе я увидела объявление крупными буквами: «Просьба к родителям: приводить детей в простой, недорогой и удобной одежде». Зайдя в группу, я тут же поняла, зачем детям нужна простая, недорогая одежда. В нескольких местах — песок чистый, рассыпчатый, разноцветный. В группе вода, ручейки, которые можно пускать в этот песок. Большие коряги, силы деревьев, пенёчки разных размеров. Я даже вздохнула от удовольствия. Ребёнку в такой группе легче жить нормальной человеческой жизнью, и для этого ему не нужно ждать, когда наступит лето и его пустят на улицу. Всё есть в группе зимой, весной

и летом. Для малыша это крайне важно, жизненно важно. И это так несложно сделать! Гораздо сложнее закупить дорогостоящие конструкторы и игрушки.

Особенно для маленького ребёнка важно соприкосновение с естественным материалом. Я, например, не люблю пластилин, он липкий, неприятный на ощупь, хоть и цветной, и пластичный. Я знаю детей, у которых тактильное чувство обострено, им неприятно брать в руки пластилин. Наверное, многие воспитатели вспомнят, как какой-нибудь ребёнок морщится, стряхивает с пальчиков лишнюю бумажную обёртку. Другое дело глина. Она тоже пачкает руки. Но как моментально она смывается водой! Как это неожиданно и удивительно! А какие гладкие ладошки после глины! Один ребёнок, выбрав из множества материалов глину, сказал: «Она ласковая, как мама». (А ещё очень любят малыши возиться с тестом, особенно дрожжевым. Наверное, потому что оно пышное, мягкое, и поднимается, и растёт на глазах, будто живое.)

Однажды я наблюдала занятие в художественной студии. Рядом с шестилеткой сидел трёхлетний мальчик. И вот он берёт большой кусок глины и — шлёп его о стол, и смотрит. Потом берёт ещё большой кусок и — шлёп его на первый. И смотрит. Долго сидит, смотрит, и вдруг смеётся. Спрашиваю: «Что у тебя такое?» А он: «Смотри, медведь смеётся». Смотрю, и вправду медведь случайно вышел. Тут, конечно, старшие дети пытаются вмешаться и предлагают что-то медведю для правдоподобия добавить. И вот появляется действительно мордочка, а малыш — в слёзы: «У него там улыбка была!»

СОРОК, ШЕСТЬ И ДЕВЯТЬ

Вы спросите, как планировать работу с малышами? Есть планы, которые от нас требуют кабинеты. А есть опыт и цифры, которые видятся мне магическими. Это число — сорок, шесть и девять месяцев.

Как правило, молодой воспитатель пишет перспективный план так, как ему сказали, т. е. на год или на месяц. Но через месяц ничего не случается. Случается через сорок дней, то есть через полтора месяца. В своё время, методом проб и ошибок мы пришли к выводу, что перспективный план лучше писать на сорок дней. В эти шесть недель и происходит ожидаемый скачок.

Случаи бывают очень интересные. Воспитатель в панике — не сложилось, ничего не получается, неверные программы? Неверные чувства? И вдруг — бах! — ребёнок выдает то, над чем он бился все эти полтора месяца.

Точно так и полугодовой скачок. К полугодю у ребёнка происходит какое-то качественное накопление, насыщение, которое потом имеет реальный выход. Так и хочется образно сравнить ребёнка с волшебным сосудом, рассчитанным на определённый срок. И от того, верно ли мы наблюдаем его, зависят наши результаты. А вообще, главный показатель психического благополучия ребёнка — это его смех и его глаза. Я бы воспитателю давала премию в зависимости от того, как часто из его группы слышится простой здоровый детский смех.

*Рассказ Раисы Сергеевны СЁМОВОЙ
записала Юлия МАСЛОВА*

ДЕНЬ, РАЗБИТЫЙ НА КУСОЧКИ

Люди склонны искать рецепты, простые алгоритмы: «Если то — то делайте так, если это — то так». Но нам, сталкиваясь с трудным для нас поведением детей, не надо искать рецептов, как на ту или иную ситуацию однозначно реагировать. Нам надо понять, в чём причина. Если мы причину поймём, то и выводы наши, и действия могут быть очень разными. И уж ни в коем случае не следует обвинять ребёнка или жаловаться его маме: «Чего это он у вас со всеми дерётся?» Что с этим мама сделает? А мы кое-что сделать можем.

«ЗДРАВСТВУЙТЕ» НА ДВЕ МИНУТЫ ПОЗЖЕ

...Вот привели мальчишку в садик, а он бросается к матери на шею и кричит: «Мамочка, только не оставляй меня в садике!» Причина этому должна быть? Пробуем потихонечку разобраться.

С кем Ванечка до детского сада время проводил? Оказывается, с бабушкой. И мама мне вскоре проговорила, что бабушка так его наставляла: «Вот тебя отдадут в детский сад, тогда будешь знать!»

Конечно, после этого любой будет в ужасе, когда его притащат в детский сад. Проблема наша понятная: будем искать путь, чтобы Ванечке в саду было интересно, чтобы он шёл в детский сад зачем-то.

Оказалось, Ванечка очень хорошо умеет строить из кубиков и строительного набора. (У него есть старший брат — тот бесконечно строит.) Попробуем этим воспользоваться, начинаем рядом с ним

с детьми что-то строить. «Вот первый этаж сделали, вот второй. А крыша не получается. И темпо. Окна надо сделать? А как?» А так как Ванечка в этом деле хорош — то говорит: «Да смотрите, я это сейчас сделаю».

...Иногда бывает так, что и поздороваться в лоб нельзя. Утреннее «здравствуйте» часто бывает трудным для малыша.

Надо видеть, в каком настроении приходит ребёнок. Вот пришёл парень с мамой. Что-то не то: обычно он приходит с бабушкой. Пришли они пораньше — явно не высались.

Присмотримся внимательнее, хорошо видим: он и не проснулся толком, и с мамой ему так не хочется расставаться... А уж чего ему сейчас совсем не хочется — так это здороваться.

Он переступит порог, а ты ему бодрое: «Здравствуй!» А он вдруг и слёзы: и расставаться не хочу, и говорить не хочу, а от меня всего требуют.

Попробуем начать разговор по-другому.

— Ой, как хорошо, что вы пришли! Вы, наверное, пешком шли?

Ну, этого наш малыш вытерпеть не может. Как это они пешком шли, когда они ехали на троллейбусе? «Нет, на троллейбусе». Как? «На троллейбусе!» — «Да нет, наверное, на автобусе всё-таки!» — «Нет, на троллейбусе!».

— Какое хорошее, интересное утро — на троллейбусе ехали! Ну, здравствуй, Митенька!

— Здравствуйте.

И проснулся, и поздоровался, и уже «смирился», что останется в группе. «А маму давай отпустим — ей в магазин надо сходить. Пока она сходит — так ты и позавтракать успеешь. А там мама и придёт скоро». А после завтрака не забудем напомнить, что вот у нас ещё с тобой есть кое-какие игры-дела — а там уже и мама придёт.

Малыши часто могут вести себя, с нашей точки зрения, плохо. Но почти никогда они не ведут себя плохо просто из вредности. Наше дело каждый раз уловить: почему? Может быть, причина глубокая, а возможно, он просто не высался, просто погружён в плохое настроение.

Вообще хорошее настроение — лучший рецепт против плохого поведения. Особенно в младшей группе. Не осуждайте ребёнка за плохое поведение — т. е. за плохое настроение. Ищите тот шаг, который приведёт его к хорошему настроению. И всё наладится.

КАК ЭТО ПОЛУЧАЕТСЯ

Одну из важных мыслей мне подсказала когда-то А. М. Леушина. Ещё продолжалась война. Но уже сняли блокаду, и Ленинградский педагогический институт вернулся из эвакуации, заработал, и в нём сразу же начались конференции, на которых учёные рассказывали каждый о той научной проблеме, которую он решает. На эти конференции приглашались воспитатели. И вот у Леушиной был доклад о том, как ребёнок чувствует себя в коллективе; что он видит, когда приходит в группу, как проходит для него день. Леушина подчёркивала, что ребёнку трудно даётся протяжённость времени. Он ведь ещё не освоился в детском саду. Как сделать, чтобы это время стало для него короче? Как уменьшить протяжённость? Чтобы он чувствовал, что вот перед ним не бесконечное время, а небольшой кусочек и он пройдёт. А потом ещё кусочек. И потом...

И вот вскоре после войны у меня был такой трудный случай. Пришёл мальчик Ванечка, который сразу, войдя в сад, бросился матери на шею и говорил: «Мама, забери меня. Я не могу жить в детском саду. Я умру». Как маме после этого уходить? И я задумалась, что же можно сделать, чтобы это страшное для него время расставания с мамой как-то перестало быть пугающим. Мысль Леушиной о разбиении времени на «кусочки» меня тогда выручила.

Ванечка только что рассказывал, что они с мамой ездили в Анапу. «А что такое Анапа?» Он начал объяснять. «А как вы уехали?» — «На поезде. И там спали». — «Как это в поезде спать?» — «А там кровати были!» — «Кровати в поезде? Не может быть! Такие же, как у нас? Ну, пойдём на них посмотрим». Он от мамы отошёл, и мы пошли в группу. А мама тихонечко ушла.

Пришли в группу. А там рыбки. Их надо покормить. Вот покормим, а потом ты мне расскажешь про Анапу. Вот сейчас позавтракаем, а потом ты объяснишь, как в Анапу ездил. Вот так какой-то кусочек сделаем и дальше. Вот уже и мама за ним пришла.

Я говорю: «Ой, а ты мне так и не объяснил, как же вы спали? Кроватей не было, а вы спали. Ну, приходи завтра, расскажи мне про Анапу». Так расставание с мамой становилось для него всё более лёгким. А потом он как-то попробовал заплакать, тут уж я ему говорю: «Твоя мама такая красивая! А я заметила у неё морщинки появились, потому что ты плачешь». — «Я не буду плакать, мама красивая». И всё стало в порядке.

Я НЕ ДЕТИ, Я ОЛЯ!

Долгое время мне давали только группы старших ребят. Мы научились хорошо с ними понимать друг друга. Терпения у меня хватало. Если возникали конфликты, я старалась их чем-нибудь увлечь, вопрос задать, о сказке спросить... А вот однажды сообщили: вы должны взять младшую группу и довести до старшей. Тут-то я и попала. Все общие рекомендации из прежнего опыта не работали. Оказалось, что с малышами надо совсем по-другому.

Старшим скажешь: «Подойдите ко мне», — а потом что-то интересное им рассказываешь. А тут сколько я ни зову: «Дети, подойдите сюда!» — никто и не подходит.

Наконец, одна девочка обернулась и заметила: «А я не дети, а я Оля». И весь мой опыт рассыпался.

Вот разложила кукол на столе, на скатерть. Думала, они играть будут, ведь старшие так и делают. А эти взяли скатерть со всем, что на ней было — и потащили. Посуда детская металлическая посыпалась, сколько шума было! А они к этому с интересом, снова закидывают её на скатерть и снова опрокидывают...

Я группу оформила так, как у старших. Поставила на подставке вазу с цветком. А малыши ведь и двигаться аккуратно ещё не умеют. с полки всё посыпалось, разбилось... Ужас.

Ко мне пришла методист, М. А. Покровская: «Что, ничего не получается? А вы запишите, что у вас не получается».

Тогда я начала искать, что же именно не получается. Здесь уже начинался поиск. И пока я писала, что-то вспоминала из того, что мне рекомендовали другие воспитатели, что-то сама обнаруживала. И пока я собирала свои вопросы, на многие из них вдруг обнаруживались ответы. И тогда я стала уже подзывать детей не просто фразой «Подойди ко мне», а восклицанием: «Ах, какая птичка летит!!!»

И все малыши через полминуты были около меня. «Эх, улетела! Но смотрите, какая тут ещё есть интересная вещь...»

Отсюда и пошёл поиск: как привлечь внимание, как заинтересовать, как сделать так, чтобы не было раздражения.

РАЗГОВОРЫ ВОКРУГ ДА ОКОЛО, ГДЕ ВСЕМ ИНТЕРЕСНО, НО НИКТО НИКОМУ НЕ ДОЛЖЕН

Если младшая группа, тут очень много значит даже то, как он будет мыть руки. Это же такое дело! Намочить ладошки, потом воды набрать, взять мыло, потом сделать перчатки на каждый пальчик. Сегодня у него получилось — он радуется. Говорит: «У меня перчаточки!» Очень хорошо! А завтра вдруг не получится? Ещё нет уверенности. Он же делает всё это в первый раз, ну пусть во второй.

Вот эта вот неуверенность — она присуща всей младшей группе. И всё время ребёнка пужно вести. Ему всё время важна оценка.

Мы можем вместе порассуждать, какая вода, почему мыло такое, а не другое... Вот я в следующий раз уберу мыло. Принесу им деревяшки какие-нибудь. Скажу: «Давай мойся. Мишка пришёл». Он опять: «Не мылится!» Мыло положу — воду отключу. «Мыло есть, так и мойся». — «А оно опять не мылится — почему?» (Тут же все время целый ряд «почему».) «Мы же всё время мылись, а сегодня не мылится.» — «А вода?» — «Ах, вода!» Вот такое всё время разыгрывается.

Ребёнок постоянно получает опыт общения с теми вещами, которые его окружают. Но это не обучение в прямом смысле. Я всё время задаю и решаю с ним эту задачу: а почему не получилось? И он сам ищет ответы. И отвечает мне. И вот такой поиск делает интересным процесс жизни.

Воспитатель не только в этом возрасте, но, я считаю, и до самой школы не должен учить в том смысле, как мы это обычно понимаем: строго ставить вопросы, требовать чётких ответов и как бы мысленно оценивать. Не этим надо заниматься, а раскрывать перед ребёнком весь сложный мир взаимоотношений людей и вещей. Раскрывать не специально, а случайно: ну надо же, так случилось! А как же это?

Воспитательница как бы сама всё время решает: а почему? Ребёнок вместе с ней ищет это «почему», и тогда он по-настоящему учится. Если я задаю вопросы, я возмущаюсь или изумляюсь: «Ну, как же так? Разве может такое случиться? Нет, не может быть!» А он мне начинает доказывать: да, может, может, погому-то и потому-то.

Вот пришли с мороза. Окно замёрзло. А чего это оно замёрзло?

— Холодно.

— А чему это там замерзает?

— Там вода замёрзла, потому что бывает, что окна потеют.

— То есть как вода? Кто из вас воду налил на стекла?

— Мы не наливали!

— Это вспотело, а потом замёрзло...

Так идёт разговор с дошкольниками. Вот эти вопросы не в лоб, а вокруг да около, индивидуальное общение, где всем интересно, но никто никому не должен. Пока они вместе делают то и то, дети учатся очень многому. У них появляется своё «Я хочу знать», именно потому, что складывается привычка все время размышлять и балансировать на грани: знаю — не знаю.

Мои дети часто подходили ко мне и говорили: «А вы хитренькая!» Я говорю: «Я никого не обманывала». «Ну не обманываете, а хитренькая!» — улыбнётся и пойдёт. Они понимают, что это была игра. В этом тонкость работы воспитателя. Чем больше воспитательница включается в такую жизнь, тем чаще она ставит себе задачу: «Как я должна вести ребёнка к ответу, не задавая вопрос прямо?» И ведь для этого надо предварительно почувствовать то, что он может, а потом только приходиться к той или иной цели.

Младшая группа — это основа основ, где закладывается интерес ко всевозможным делам. Оказывается, мыть руки интересно и раздеваться интересно. Приходит, например, в детский сад трёхлетняя девочка и говорит: «Я не буду раздеваться». И сидит. Воспитательница один раз говорит: «Раздевайся». Второй... Та не раздевается, сидит, настойчивых требований не слушает.

Воспитательница прибегает ко мне, я советую: «Вот она завтра так сядет, а вы ей скажите, только очень эмоционально. „Ой, какой платочек тебе мама одела сегодня!“ — «Ну и что?» Я говорю: «Попробуйте». Она говорит, что не успела это сказать, как девочка

схватила за одежду и говорит: «Это же шапка!» и всё. Никаких: «Я не буду раздеваться...»

Это такие постоянные истории. Другой обуваться не хочет. С ним ты и согласишься вроде: «И зачем тебе сегодня обуваться, пойдём в таночках. Эх, правда, намочим ноги, замёрзнут, жаль, ну что поделаешь, решили же не обуваться. Или всё-таки попробуем?» — «Ну ладно, давайте».

Дети ждут каких-то подобных интересных для них переговоров, а не инструктивных указаний, мол, все одевайтесь, ничего не забываюте... Наше дело — удержать эту неторопливость взаимно интересных разговоров.

*Рассказ Валентины Тарасовны ИВАНОВОЙ
записал Андрей РУСАКОВ*

3. ГВОЗДЬ ИЗ РОДНОГО ДОМА



АВТОР ТРЕТЬЕГО РАЗДЕЛА

Елена Васильевна Яновицкая --

выдающийся отечественный педагогический исследователь, создатель собственной дидактической системы. Е. В. Яновицкая много лет занималась прежде всего школьными проблемами. Но, желая разобраться в них, немалую часть своей биографии посвятила дошкольникам. А относительно короткий период адаптации ребёнка к детскому саду показался ей ключом к важнейшим сторонам будущей жизни растущего человека.

КАК ОПУСКАЕТСЯ ПОТОЛОК ВОЗМОЖНОСТЕЙ

ЗА РАЗГАДКОЙ ШКОЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ

Всё началось с того, что мне как директору школы, как завучу и как учителю, у которого не было неуспевающих по обычно очень сложному для школьников предмету — физике, — стало интересно узнать: почему у некоторых учеников уже на пороге средней школы начинает ощущаться так называемый «потолок» природных возможностей.

Чаще всего это замечалось у ребят, пришедших в школу из подготовительных групп детского сада. В первом классе эти дети показывали неплохую успеваемость, в чём-то даже опережали своих одноклассников. А чем становились старше, тем заметнее были трудности. С 6-го класса на уроках физики это особенно сильно ощущалось, ведь физика требует большой широты восприятия. Тут надо хорошо чувствовать и окружающую природу, и потребности людей и технике, обладать математической логикой, да и быть эрудированным в исторических событиях и движениях человеческой мысли.

Снималось намечающееся торможение с большим трудом. Мне и как учителю-практику, и как создателю собственной дидактической системы успешного обучения всех детей это явление было особо заметно.

Нужно сказать пару слов о некоторых принципах разработанной мной системы. Я чётко различала сама (и учила это делать своих учеников) четыре уровня сложности в любой новой теме, в осваиваемых на её материале знаниях и умениях. (Для каждого уровня

подбирались особые методические ходы — по рассказ о них займёт слишком много места).

Итак, вот те уровни сложности, на которых мы последовательно разбирали с ребятами любую учебную тему.

Дилетантский уровень. Научные сведения подаются в занимательной форме, используется научно-популярная литература. Опора делается на непроизвольное внимание, вызывается любительский интерес к теме (по-латыни «дилетант» ведь и означает «любитель»).

Базовый уровень. Основные, главные знания, составляющие сущность темы. Признаки, отличающие данную тему от других тем. Самый минимум, самое ядро темы, ничего постороннего.

Уровень репродуктивной эрудированности. Такой уровень знаний, который позволяет свободно оперировать всеми базовыми уровнями разных изученных тем, связанных с темой новой. Работа на этом уровне позволяет решать комплексные задачи, используя знания из разных учебных тем.

Уровень творческий. На нём человек может свободно реконструировать связи с темами данного предмета и включать в свою работу сведения, закономерности, базовые знания из других предметов — а в итоге получать при таком «конструировании» новый, оригинальный результат.

Наша система организации обучения гарантированно выводила всех ребят на овладение первые тремя уровнями во всех учебных темах школьного курса — а вот уровень творческих возможностей открывался далеко не всем. И оказалось, что как раз учеников, принедавших в школу из детских садов (а их-то в начальных классах считали более подготовленными к школе!), редко удавалось довести до творческого подхода. Многие из них долго задерживались на базовом уровне, и выход на третий уровень давался таким ребятам с заметным трудом.

И вот на целое десятилетие (с 1969 по 1979 год) я ушла работать заведующей в ясли-сад № 16 Московского района города Ленинграда.

Я поняла, что беда начинается с самого момента перехода маленького ребёнка из семьи в детский сад, из состояния привычной психологической защищённости в мир непонятных опасностей...

ПОКРИЧИТ — И ПЕРЕСТАНЕТ...

Реальные обстоятельства, возникающие при поступлении ребёнка в дошкольное учреждение, складывались очень печально. Редко встречались дети (это мог быть только редкий ребёнок — из общезития, иногда от матери-одиночки), которые спокойно отрывались бы от рук матери и переходили в руки медсестры или воспитателя. Большинство из «новеньких» поднимали страшный крик. Их с трудом и силой отрывали от мамы. Смотреть на всё это было безумно тяжело.

К сожалению, совсем не все этой проблемой обеспокоены. Всегда беспокоится лишь сам ребёнок, чаще явно, иногда скрытно.

Поднаторевшие сотрудники утешали меня (а не ребёнка — он был безутешен!), что «ничего, пройдёт, покричит несколько дней и перестанет, привыкнет».

Привыкнет?! Ничего себе! К чему такому хорошему и полезному маленький ребёнок привыкнет? К страху? К агрессии? К незащитности? Какими силами эта привычка выработается? Даже если эта привычка «терпеть отсутствие мамы» и выработается, то не за счёт же разумного осмысления. Это недоступно дошкольнику.

И вот до прихода «спасения» в виде мамы организм малыша сильно тормозится, «прячется». (Подобно тому, как животное прячется в кусты, в высокую траву.) Из-за этого «прятания» укрепляются или заново формируются такие психические программы, которые этим ожиданием воздействуют на внимание к реальному миру и на слуховом, и на зрительном уровне. Тем самым будет приостановлено развитие, и особенно возникновение и развитие наиболее человеческих сторон личности. Зато останется страх перед агрессивней окружающего мира. А может появиться неосознанное в детстве, но сильно действующее во взрослом состоянии желание «отомстить» этому окружению, приносящему столь труднопереносимую боль...

ТРЕНИРОВКА УЖАСОМ?

Чувство защищённости, самое важное у ребёнка в незнакомой обстановке и очень легко ранимое, нельзя подвергать даже небольшому напряжению. Оно очень прочно связано с защитными силами организма. При малейшей опасности эти силы включаются

автоматически. А защитные силы — очень древние и мощные, это силы зверя. (Не случайно маленький ребёнок только при намёке на опасность начинает кусаться.) Когда же защитные силы организма часто «привлекаются к делу» в детском возрасте, то трудно ждать благополучной, спокойной толерантности от будущего взрослого человека.

Цирковые дрессировщики рассказывают о таком явлении. Если детёныш долго ощущает незащищённость, инстинктивный страх за свою жизнь, то потом, вырастая, он плохо поддаётся дрессировке, а то и совсем не привыкает к условиям «театральной жизни». Его приходится отдавать в зоопарк.

Когда страх за жизнь вытесняет освоение более сложной жизненной информации, чем примитивные потребности организма, то способности любого детёныша (в том числе и человеческого) резко тормозятся. Гипертрофируется агрессия как метод самозащиты — другие же силы организма заметно ослабевают. Освоение даже элементарных навыков самообслуживания заметно замедляется. Ребёнок начинает часто болеть, и не понятно, от каких причин. Все меры предосторожности вроде бы применяются — но результата нет. И чем далее, тем более «натренированная» в детстве внутренняя ответная агрессия будет проявляться почти спонтанно, и с большим трудом поддаваться волевому личностному контролю.

МАЛЫШ ВПЕРВЫЕ В САДУ: ИСКЛЮЧЕНИЯ И ПРАВИЛА

Встречались ли среди детей те, кто легко отрывался от родителей? Да, но чаще всего они доставляли воспитателям не меньше хлопот. Обычно это были дети матерей-одиночек, проживающих в очень некомфортных условиях производственного общежития. Там малыши часто бывали настолько сильно запуганы и озлоблены, что на новое беспокойство у них уже не было сил. Или настолько «разнузданы», что испытывали болезненную потребность доставлять беспокойство другим людям, особенно тем, от кого не знают, что ждать. Им уже всё равно, где они находятся: в коридорах общежития, во дворе или в группе детского садика. А для озорства в группе оказывается больше возможностей, чем в других местах.

Так что капризы и цугливая заторможенность тех детей, которые трудно переносят разлуку с мамой (оставаясь на целый — очень долгий! — день среди незнакомых людей), на этом фоне выглядят самым естественным поведением.

Так что убеждение некоторых педагогов (да и родителей тоже!), что «покричит и привыкнет», основано лишь на желании себя успокоить.

Большинство ребят, конечно, покричат только первые дни. Долго кричать они просто побоятся. Мама ушла — от крика ему может быть ещё хуже, он замолкает. Но тот стрессовый напор, что произошёл с ним при переходе из ласковых рук мамы в суровые руки окружающей среды, организм не забудет никогда. И при первых же намёках на подобное состояние рецидив стресса неизбежен.

Действительно, многие дети привыкают. Некоторые же не привыкают никогда, в детстве много болеют, во взрослом состоянии мучаются комплексом неполноценности, очень усложняющим их контакты с другими людьми во всех сферах деятельности, даже в тех, где их способности бывают выше среднего. Они не умеют бороться, отстаивать свои права; их интересные мысли, рациональные предложения, а то и открытия-изобретения остаются неизвестны людям, и их собственная жизнь бедна и уныла, они легко становятся пессимистами и подвержены отчаянию.

НАШИ РЕШЕНИЯ. СВОЙ МИР У КАЖДОГО РЕБЁНКА

ПЕРВОЕ РЕШЕНИЕ: ВМЕСТЕ С МАМОЙ

Первое дело, которое сразу просилось при наблюдении за активным нежелавшим ребёнком расставаться с матерью, было самым простым: разрешение «не расставаться».

Маму просили принести чистый халатик, косыночку, тапочки. И вместе с ребёнком пройти в групповую комнату из раздевалки. Побывать там некоторое время, посмотреть на деток, на игрушки, может быть, посидеть за завтраком со всеми вместе.

А потом... попрощаться и уйти домой вместе с малышом.

Так следовало поступать несколько дней подряд, постепенно удлиняя время пребывания в группе. С другими детьми и с мамой рядышком, чтобы никто не обидел. Ребёнок узнавал имена детей и взрослых, играл и кушал с ними, постепенно удаляясь от мамы, как бы забывая о ней.

СВОЯ ИГРУШКА

Заметно ускорялся этот медленный процесс привыкания, когда ребёнок приносил из дома какую-нибудь свою игрушку.

Потом маме подсказывали, чтобы она разрешала малышу меняться «своей» игрушкой с кем-нибудь. А потом меняться ею снова.

Наконец, малышу помогли найти для своей игрушки удобное местечко на какой-нибудь полочке, уголке в группе. Посидеть, полежать там и подождать до завтра своего хозяина. Так в «чужом месте» оставался «гвоздь из родного дома». Назавтра малыш уже спешил к нему. И с радостью находил его целым и невредимым.

На первых порах привыкания к новой обстановке этот «гвоздик из родного дома», оставленный почевать в «чужом месте», играл примитивную роль. Назавтра малыш соглашался с мамой, что оставленную игрушку надо проведать. И поход из дома в группу не вызывал у него активного сопротивления, хотя интерес (у некоторых детей — довольно долго) ограничивался только этим желанием. Оставаться в группе подольше ему ещё не хотелось, даже если он приносил для оставленного друга какой-нибудь дополнительный предмет. Иногда он просил всё забрать и уйти.

Но длительность пребывания повзрослевшего ребёнка в группе постепенно увеличивается. Маму тревожные глаза малыша всегда находят где-то поблизости. Огонёк тревоги в его глазах начинает сменяться робкой, но обнадеживающей улыбкой.

СВОЙ УГОЛОК

Постепенно родная игрушка обрела другими игрушками, «подаренными» ребятами из группы или принесёнными дополнительно из дома самим малышом. Появлялся целый его собственный уголок в группе. В нём интересно было некоторое время играть без мамы («Мама пока ходит в магазин, купит конфетку»).

Уголку придумывали название, сначала, самое простое (например: имя ребёнка или «садик для такой-то игрушки»).

Потом появлялись названия смысловые: «спальня», «личный гараж», «дача на участке», «наш дворик». А через некоторое время и коммуникативные: «магазинчик», «столовая для всех кукол», «стройка детского садика».

Из ребят группы выбирались полюбившиеся товарищи в помощники: к «начальнику стройки — прораб», к «главному врачу больницы — старшая медсестра» и т. п.

В те годы понятие частной собственности было «антинародным». Но зато бытовало словосочетание «собственность личная». Так вот у каждого нашего воспитанника имелась в садике личная собственность — и в группе, и на прогулочной территории.

СЕМЕЙНАЯ ЗАБОТА ОБ УГОЛКЕ

Семья малыша тоже привыкала к мысли, что у них есть собственный уголок в той группе, что посещает их ребёнок. Становилось естественным об этом уголке заботиться. А через некоторое время хозяева уголков менялись своими материальными атрибутами.

И делали это с той частотой, которая соответствует смене интересов ребёнка. Родителей ставили в известность, потому что они находились в группе всё меньше и меньше времени. График их работы постепенно и безболезненно приходил в норму.

Но если обыгрывание ситуации об образовавшемся в «чужом доме» собственном уголке продолжать терпеливо и толково, то это не только поможет матери спокойно оставлять своё чадо в этом, ранее не знакомом месте. Следует заметить возникновение положительных нравственных продвижений. Они начнут формироваться, в частности, у данного ребёнка. И не только у него одного.

СВОЙ ЗАВТРАК И УГОЩЕНИЕ «ОХРАНЫ»

Помогало сглаживанию внутреннего напряжения и сопротивления, когда воспитатель и ребята хвалили нового гостя, его «гвоздик», а некоторые из детей «догадывались» предложить себя в охранники, которые обещают последить, «защитить», даже «покормить и уложить спать». Дети называли свои имена, радовались имени повенького. Они принимали пришельца в свой мир.

Через некоторое время, через пару-тройку дней новичок может захватить с собой коробочку драже, чтобы порадовать «охранников» (а то и всех ребят). Ему посоветуют раздать сладости после завтрака. «Чтобы не портить аппетит». Пригласят позавтракать вместе. Чаще всего ребёнок этого хочет, но тревожно глядит на маму.

«Мама тебя подождёт, не беспокойся», — говорит воспитатель, а то и сами дети повенького утешают, особенно те из них, кто уже прошёл такую «школу жизни» в этой группе.

Времени такие манипуляции отнимают очень немного, а покоя набирается «целое море» и у детей, и у взрослых.

АТРИБУТЫ СВОЕГО МИРА

«Гвоздик из родного дома» — этот появившийся в группе новый игровой уголок, постепенно наполнялся дополнительными атрибутами, которые приносит повенький или добавляют приятели.

Ему находят удобное «безопасное» место, дают название. Объявляют официально об открытии «гаража», «стройплощадки», «кафе», «больницы». А «новенькому» малышу присваивают чин: «главный врач», например. Ему подбирают в помощники «старшую медсестру» из бывших «сторожей». Если желающих оказывается много и «главврач» растерялся, то объявляют «конкурс». Проводят жеребьёвку, используют считалочку.

Все эти процедуры, проводимые явно для привыкания малыша к незнакомым людям, к новому месту, действуют неявно на всех участников. Дети всей группы «тренируются» в доброте.

Взрослые вроде бы не спешат, а фактически довольно быстро, как бы играючи, помогают малышу освоиться в детском садике так, как если бы он приходил в гости к бабушке с дедушкой — все ему рады, у него имеется здесь что-то родное.

И мама, и воспитатель не напрягают, берегут и свои нервы, закрепляют в себе чувство, что доброта легче и, уж конечно, приятнее строгости, тем более злости.

ВЗРОСЛЫЕ ДОБРЕЮТ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ

УГОЛКИ, ИГРУШКИ И СИМПАТИИ

Такая доброта взрослых по отношению к маленькому ребёнку через создание в группе детского сада его собственного, родного уголка несёт много позитивных аспектов. Добрые отношения «и кошке приятны», а ребёнок начинает выращивать и в самом себе «зёрна добра», заботясь о существе, покинутом в незнакомом месте. Его учат помнить об оставленном друге, стремиться порадовать друга своим приходом, принести ему подарки. Да ещё помочь ему подружиться с теми, кто его окружает.

Отношения взрослых между собою посредством таких действий для «общего» малыша становятся приветливее, приятнее, доверительнее. А это не может не сказаться на детях, последние чувствуют настроение взрослых, вероятно, сильнее, чем сами взрослые.

Ведь даже молчаливое напряжение между взрослыми отрицательно сказывается на ребёнке. При таких «напрягах» он и капризничает, и болеет чаще обычного. Его организм интуитивно притормаживает своё развитие, придавленное этим напряжением. Не может молодой растущий организм сорганизоваться, какие способности, какие задатки, какие генетические программы запускать к развитию.

В домашних условиях на что-то не обращают внимания. А при совместной воспитательной работе родителей и сотрудников детского сада оно начинает видаться очень чётко. Все стараются помочь ребёнку привыкнуть к группе новых товарищей. Малыш, со своей

стороны, ищет способы, чем бы их порадовать, чем отблагодарить за их заботу и внимание (пусть это сначала лишь забота об его «гвоздике из родного дома»). Ведь дети не скоро научатся оказывать внимание и уважение друг к другу непосредственно. А вот через игрушку это у них хорошо получается. Удаётся, играя, и оказывать внимание другим, и замечать направленное внимание к себе.

МОЯ ПЕРВАЯ СОБСТВЕННОСТЬ

Если человеку ничего не принадлежит, то он не чувствует себя в этом мире человеком. У него же ничего нет! Только представьте себе, что всё, что вас окружает, вам не принадлежит! Вы просто не знаете, как себя держать. Воспитанный человек спросит разрешение воспользоваться чем-либо, невоспитанный может просто схватить то, что ему приглянулось. Ощущение, что вам ничего не принадлежит, неприятно, поэтому ребёнку чрезвычайно важно иметь в группе что-то свое.

Ребёнок может прийти в группу детского сада с собственной игрушкой, сесть с ней за обеденный стол, лечь с ней в кроватку на тихий час, может взять её с собой на прогулку. Он может разрешить товарищу взять её или не разрешать, он может помяться с товарищем или не делать этого. И то, что в групповую среду вносит воспитатель, тоже постепенно должно становиться для ребёнка своим. Так у маленького человека формируется социальная позиция. И чем-то владею, это что-то – моё, а раз оно моё, так я его берегу и имею право им распоряжаться: могу отдать, поменять, принести, унести и, наконец, сохранить и улучшить.

Вообще мы ввели правило, что никакая игрушка в группе не должна быть бесхозной. Она обязательно должна кому-то принадлежать. Некоторое время игрушка может принадлежать воспитателю – в то время, пока она считается только гостем группы. (Но потом она обязательно должна находить себе конкретного хозяина-ребёнка.)

Для начала игрушку представляли детям как дорогого гостя. Как гость игрушка будет находиться в группе на почётном, видном месте. С ней можно разговаривать и даже поставить перед ней столовый прибор, можно дарить ей подарки, но хватать её как любую другую и играть с ней в группе пока нельзя, ведь это наш гость и им надо любоваться. Любой взрослый при случае может обыграть с ребятами

эту игрушку. Постепенно из гостя игрушка становилась другом, а затем уже и постоянным участником всех детских игр.

Постепенно воспитатель уточнял, кому новая игрушка понравилась. Это заметно – один ребёнок поиграл с игрушкой и оставил её, а другой как сел играть, так и не оторвать. Мы закрепляли игрушки за теми детьми, которым они нравились.

Каждый ребёнок чем-то заведовал. Один, например, был начальником строительства, другой – заведующим гаражом или главным экскаваторщиком. Вот, например, заведующий гаражом Петя, в его распоряжении машинка. С помощью воспитателя он находил место для гаража и устраивал там машину. Тот, кто хотел с ней поиграть, должен был спросить у Пети разрешение. В группе работало правило: поиграешь – поставь игрушку на место, не бросай, а сломалась – почини. Дети очень быстро это усвоили и сами следили за тем, чтобы их игрушки не портились. А если что-нибудь случалось, то сразу же говорили об этом либо воспитателям, либо родителям. Игрушки были всегда в игре и всегда в порядке.

Постепенно в группе складывалась такая ситуация, когда у всех игрушек были свои хозяева. Конечно, в младших группах такое хозяйствование длилось недолго. Когда воспитатель видел, что игрушка начинает надоедать ребёнку, то он находил игрушке другого «хозяина». В подготовительной же группе ребёнок мог быть хозяином игрушки целый год.

ИГРУШКА КАК ТАЛИСМАН ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

Педагоги много говорят о роли игрушки в интеллектуальном, эмоциональном, физическом развитии ребёнка. Однако у игрушки есть ещё одно значение, которое пока ещё очень немногие используют. Это социальное значение игрушки, которое и заключается в том, чтобы быть для ребёнка своей, и формировать его качества участника детского сообщества.

Чувство ответственности за своё место на Земле может быть успешно сформировано даже в раннем возрасте с помощью игрушки. Общее не значит «чужое». Общее должно восприниматься как «и моё тоже».

Когда у ребёнка появляется собственная игрушка и собственный уголок, в котором он хозяин, то при правильном поведении взрослых появляется и чувство ответственности за свою «собственность» и

желание сохранить и улучшить её. Малыш это не формулирует, но он уже чувствует и ощущает себя и своё место в мире. Это ощущение, развитое с раннего детства, остаётся у человека на всю жизнь.

Наконец, через игрушку можно формировать правильные взаимоотношения между детьми в группе. К примеру, если все игрушки ничьи и ребёнок может схватить что хочет и делать что хочет, то социального отношения к миру у него не возникнет. Ребёнку ничего не принадлежит, он ни за что не в ответе, и он ничего не бережет и не ценит.

В ситуации же, когда игрушка кому-то принадлежит, а поиграть с ней очень хочется, ребёнок вынужден искать и развивать в себе коммуникативные качества. Когда один ребёнок обращается к другому с просьбой, а другой ребёнок на эту просьбу отвечает, один учится социально грамотно выражать своё желание, а другой учится адекватно реагировать на это. Например, Петя дал Максиму поиграть с машинкой и сказал: «Поиграешь – поставь на место в гараж», а Максим поиграл и бросил машину на лестнице. В следующий раз, когда Максим попросил машину у Пети, Петя отказался дать её: «Я не дам тебе машину, потому что ты не поставил её на место». Теперь, чтобы получить машину, Максиму придётся учиться убирать игрушки. Это и есть основы естественного, ненавязанного воспитания.

При этом очень важная позиция и поведение взрослого. У каждого ребёнка должно быть чувство, что сегодня он достиг какого-то успеха в деятельности, в общении, в игре. Когда же воспитатель, видя, что ребёнок не умеет играть и обращаться с игрушкой, вместо того чтобы научить, сделать ребёнка хозяином этой игрушки, просто отнимает её, у ребёнка возникает чувство неуспеха, неудачи и неудовства. Чувства успеха необходимо добиваться, уча детей играть и делиться игрушками друг с другом.

ОТ ЗДОРОВЬЯ ДО БЛАГОУСТРОЙСТВА

Работа с устройством личных уголков в общей группе детского сада помогает очень многому, а далеко не только адаптации приходящего в новые условия ребёнка. Оказалось, что создание личных игровых уголков позволяет целенаправленно перешагивать материальные аспекты по сохранению и увеличению ассортимента игрушек с нравственным развитием детей (да, надо сказать, что и участвующих в деле взрослых).

«Гвоздик из родного дома» постепенно привёл к тому, что наш ленинградский садик № 16 в семидесятых годах считался одним из самых богато оснащённых, хотя никакого специального дополнительного финансирования от государства не получал, и никаких поборов у родителей не производилось.

Просто каждый ребёнок благоустраивал, чинил, украшал свой личный уголок, а все друг другу радовались, так как разрешали другим играть в «своих» личных уголках. Постепенно многие игрушки с разрешения их владельцев перемещались в другие уголки. При этом сохранялось (а у некоторых детей и возникало заново) чувство ответственности, бережное отношение к вещам.

И в групповых помещениях, и на игровых площадках, на участке, окружающем садик, было величайшее многообразие игрового оборудования и живых, ухоженных растений. Каждый вновь пришедший ребёнок, естественно, со своими родителями, высаживал на участке своё растение, ухаживал за ним, поливал, подрезал, оберегал расцветающие бутоны, с радостью дарил гостям срезанные со своих кустиков цветы.

Здесь мы, конечно, не будем рассматривать все проблемы семьи. Достаточно сказать, что период привыкания ребёнка к новым для него условиям коллективной жизни группы детского сада, период, организованный с помощью «гвоздика из родного дома», удивительно сказывался на здоровье ребёнка, а мама не страдала в своей профессиональной жизни из-за частых больничных.

По сводкам санэпидстанции Московского района в те годы оказывалось, что процент заболеваемости детей, посещающих ясли-сад № 16, был ниже, чем показатель заболеваемости «домашних» детей. У нас практически не было никаких карантинных, хотя любой член семьи нашего воспитанника мог свободно входить в групповые комнаты и проводить там столько времени, сколько ему хотелось, не уводя своего ребёнка домой. В детском шкафчике всегда висел чистый халатик для взрослого, были тапочки и беретик или косыночка в мешочке.

Родители наших воспитанников постепенно становились «членами нашего коллектива». Мы стремились познакомиться со всеми

членами семьи пришедшего к нам ребёнка, беседовали с ними о жизни, не ленились побывать у некоторых детей дома, если беседы с их родными нам казались маловразумительными. Случалось, что мы помогали членам семьи найти более правильные взаимоотношения друг с другом. Делали, конечно, работу тактично, осторожно, не афишируя наши шаги.

ДОРОЖКА К СВОЕМУ УГОЛКУ

Вот, например, одна из наших «семейных» хитростей.

Маме рекомендовалось, обыгрывая жизнь «гвоздика» в группе, обыграть и дорогу в детский садик, даже если они добирались до него не только пешком, но и каким-нибудь транспортом. «Чтобы не забыть, где оставили любимца, и чтобы он сам, если ему потребуется, мог добраться домой».

Для этого очень годились маленькие кусочки цветных тряпочек, тесёмки, ленточки, камешки, сухие веточки, т.е. такие предметы, которые будут мало заметны посторонним и не будут ими убираться с оставленного места. А мама уже сегодня, возвращаясь с новичком из детской группы домой, и завтра, двигаясь к садiku из дома, перенесёт, переключит внимание малыша с проблемы расставания на проблему «украшения» и запоминания дороги к оставленному в незнакомом месте «гвоздику». «Прошли какое-то расстояние, посмотрели на кустика, крючочек, щёлочку в стене, лежит ли там наш камешек, висит ли в укромном уголке тряпочка?»

Серьёзным мамам, думающим как о сегодняшнем дне ребёнка, так и о дне «завтрашнем», следует (познакомившись предварительно с сотрудниками будущего места пребывания их ребёнка), послушаться нашего совета — пройти со своим малышом дорожкой в детский садик, не торопясь, а прогуливаясь, обследуя её, замечая элементы пути, помечая их. Это есть уже начало спокойного перехода из обстановки домашней в обстановку общественную. И одновременно, начало своего вклада в «жизнь общества», своё отношение к общественному месту — «дорожке» — как к своей собственности. Подобный, условно говоря, «двойной» психологический процесс в организме ребёнка будет происходить и при «обыгрывании гвоздика из родного дома».

ПРИВЫЧКА ВИДЕТЬ ВСЁ ВОКРУГ СЕБЯ

Заметим (и для мам, и для педагогов), что такое «запоминание дороги от дома к детскому саду» прекрасно воспитывает внимание у ребёнка. Складывающаяся привычка «всё замечать вокруг себя» очень продуктивно работает потом всю жизнь: и в игровой, и в учебной деятельности, и в умении видеть «других людей», их дела и проблемы. Такая привычка помогает освободиться от излишней «интровертности», если таковая досталась тебе по наследству, вырабатывать в себе толерантность, коммуникабельность — всё то, что сильно помогает людям жить в человеческом сообществе. Маленький ребёнок без больших усилий настраивает свою нервную систему на «экстравертность». И дорожка к дому служит такой деятельности легко и просто.

...Вот ребёнок несёт в детский садик «гвоздик из родного дома», чтобы кого-то порадовать. А по дороге успевает порадоваться сам, встречаясь и с кустиком, и с камушком, и с кисонькой, здороваясь с ними, оставляя около них свои маленькие сувениры. Таким образом может быть организовано большое и серьёзное дело — начало встречи с окружающим миром, начало поиска своих дел в этом мире, начало самоутверждения.

4. ДЕТСКИЙ САД ВСТРЕЧАЕТ НОВЫХ ВОСПИТАННИКОВ: ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ РЕШЕНИЙ



Авторы четвёртого раздела:

Наталья Владимировна Злобина —

заведующая детским садом № 196 г. Краснодара, автор методики «Здоровьесберегающая технология организации воспитательно-образовательного процесса детей раннего возраста».

Анастасия Леонидовна Кожина —

педагог-психолог детского сада № 22 «Загалка», г. Северодвинск Архангельской обл.

Н. В. Фризицкая —

ст. воспитатель детского сада «Сказка», г. Козьмодемьянск, Красноярский край.

Наталья Михайловна Крылова —

автор программы «Детский сад — Дом радости», г. Санкт-Петербург.

Владимир Леонидович Высоцкий —

директор экспериментального детского-юношеского клуба спортивной подготовки № 1 г. Красноярска, организатор физкультурной работы во многих детских садах, школах, летних лагерях Красноярского края, создатель системы физкультурных методик для всех уровней образования.

Татьяна Ивановна Терёшкина —

преподаватель физической культуры, заместитель директора по организационно-методической работе Детского оздоровительно-образовательного центра № 1 г. Красноярска.

АДАПТАЦИЯ В ЯСЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

Многие родители желают отдавать детей в детский сад с раннего возраста. И их число растёт, особенно заметно это стало в последние несколько лет. К тому же, если раньше самые маленькие дети, которых приводили родители, были в возрасте год и семь, год и шесть месяцев, то сейчас приводят детей чуть старше года (год и два, год и четыре месяца).

Мы стараемся идти навстречу родителям. Но для полутора-релетних детей нужно создать особые условия. Это отдельная возрастная группа, и их нельзя помещать в одну группу с трёх-летками. Дети до полутора лет чаще спят, у них иной режим приёма пищи и т.д. С другой стороны, ребёнок в раннем возрасте наиболее восприимчив, пластичен, и от нашего отношения зависит, укрепит ли он своё здоровье на долгие годы или подорвёт.

У нас комплектование группы раннего возраста начинается с мая и заканчивается в сентябре. Руководитель должен знать, сколько детей он должен принять и как равномерно распределить их поступление в группу в течение этих пяти месяцев.

В зависимости от условий дошкольного учреждения возможно несколько вариантов комплектации. Дети приходят либо в специализированную группу раннего возраста (возраст от года до двух, комплектация 10 человек в группе), либо в разновозрастную группу (от года до трех, комплектация восемь-8 человек), либо в группу от двух до трёх лет (15 человек детей).

Очень важно, чтобы количество детей в группах было не больше указанного.

Также важно для успешной адаптации, чтобы в неделю в группу поступало не более одного-двух новеньких малышей.

Родители обязательно должны прийти в группу для того, чтобы познакомиться и побеседовать с воспитателем заранее, рассказать об особенностях своего ребёнка. У родителей мы узнаём об индивидуальных особенностях ребёнка, что он ест, как он спит, круге его общения, игровых навыках и умениях. Советуем приводить ребёнка в сад кому-то одному из родителей, чтобы ребёнок привык к этому (обычно тому из родителей, с кем ребёнку легче будет расставаться). Со своей стороны, обязательно нужно рассказать родителям о том, что такое «период адаптации».

Мы говорим родителям, что они должны привести своего малыша в детский сад не менее чем за месяц до планируемого выхода мамы на работу, потому что в этот месяц маме желательно и необходимо быть в саду вместе с ребёнком.

В первые неделю-две мы рекомендуем «новеньким» проводить в саду не более 2–3 часов, лучше всего на утренней прогулке (и только), потому что еда и сон в новой обстановке гораздо более стрессовые ситуации.

Лучшее, что может сделать мама для своего ребёнка в этот период, — это не только познакомить его с окружающей обстановкой, но и буквально влюбить его в воспитателя, тем самым одновременно «отпустить» его от себя. Это важно потому, что ребёнок раннего возраста идёт не к игрушкам, не к другим детям, а ко взрослому, и этот взрослый должен стать для него значимым.

Определяя величину периода адаптации, важно не переусердствовать. Если ребёнок на третий-четвёртый день уже начал идти на самостоятельный контакт с воспитателем (бросил ему мячик, подбежал и взял его за руку, сам подошел и спросил что-то), важно уловить этот момент и не затягивать его, не приучать к мысли о том, что мама всегда будет рядом с ним в детском саду.

Воспитатель в группе раннего возраста — это «визитная карточка» дошкольного учреждения. Каким он будет, как встретит родителей, такое впечатление останется потом у них от детского сада.

Обычно родители воспринимают группу раннего возраста как группу присмотра: покушали, поспали, погуляли — и хорошо. Но именно здесь нужна высокая квалификация педагога.

Если ребёнок неправильно вошёл в период адаптации, он может заболеть, может даже получить серьёзный психологический стресс, надолго заболеть. Поэтому у нас сложилась такая традиция, что с малышами работают самые опытные сотрудники. Важны при этом не только их профессиональные качества, но и их здоровье, бодрость. Очень важно, чтобы воспитатель любил работать с такими маленькими детьми. Ведь и малыши до трёх лет будут ориентированы на общение с ним, а не с другими детьми.

Во вновь организованные группы раннего возраста обычно приходит работать педагог из средней группы, а не из подготовительной — это уже облегчает адаптацию педагога к детям, к специфике работы с малышами.

Наталья Владимировна ЗЛОБИНА

ЯСЛИ ДЛЯ МАЛЫША, ШКОЛА ДЛЯ МАМЫ

Мы убеждены, что к поступлению в ясли ребёнка нужно готовить заранее. Родители обычно много говорят об этом, но большинство из них всерьёз не озабочены этой проблемой.

Организованная на базе детского сада «Школа молодой мамы» помогает решить многие проблемы, связанные с поступлением ребёнка в ясли. В программе школы — детальное знакомство с организацией жизни малыша в детском саду, обучение уходу за больным ребёнком, ориентация в методиках диагностики нервно-психического развития, вопросы обеспечения психологической безопасности личности, психокоррекция семейных отношений. Мы знакомим родителей с особенностями адаптационного периода и факторами, от которых зависит его течение.

Если родители окончательно выбрали именно наше учреждение, то начинается подготовка малыша к поступлению в ясли. По согласованию с родителями проводится диагностика нервно-психического и физического развития малыша. На основе наблюдений за ребёнком, а также сведений, полученных от педиатра, работающего в детской поликлинике г. Копенгаги, составляются индивидуальные программы подготовки ребёнка к жизни в детском саду и психолого-педагогического сопровождения его развития в яслях. Программа психолого-педагогического сопровождения начинает действовать по окончании адаптационного периода.

Подготовка ребёнка к жизни в детском коллективе заключается в максимальном сближении его режима дня в семье с режимом детского сада. Обязательно с родителями обговариваются сроки по-

ступления ребёнка в ясли и режим ребёнка в детском саду в адаптационный период. В это же время родители готовят необходимые для яслей обувь и одежду, приобретают по рекомендации врача-педиатра лекарственные травы для фитотерапии.

Мы настоятельно рекомендуем родителям в этот период чаще бывать с малышом в «обществе», чтобы он привыкал видеть вокруг себя незнакомые лица, попадая в другую среду. Но основное внимание родители должны уделить здоровью ребёнка. Ослабленные дети привыкают к режиму детского сада значительно хуже.

Впервые в детский сад дети приходят на один-два часа. По мере привыкания время пребывания ребёнка в группе увеличивается. Мы советуем маме первые дни быть вместе с малышом, чтобы он чувствовал себя спокойнее. Но при этом просим её не заниматься ребёнком, а делать какую-нибудь работу, т. е. быть рядом, а не вместе. Постепенно малыш начинает отходить от матери всё дальше, включаясь в общие дела со сверстниками и воспитателем.

Второй совет — чтобы по возможности приводил малыша в ясли кто-то один, будь то мама, отец или бабушка. Так он быстрее привыкает расставаться с ними.

В период адаптации устанавливается индивидуальный режим для каждого вновь поступающего малыша. Постепенно он привыкает к общему режиму. Если родители приводят ребёнка позже, а забирают раньше, мы настаиваем на том, чтобы они придерживались режима детского сада.

Как бы мы ни готовили ребёнка к яслям, всё равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса. Это проявляется в отказе от пищи, негативном эмоциональном состоянии, ухудшении самочувствия (может наблюдаться повышение артериального давления, иногда и температуры). Малыш беспокойно спит или не спит вообще, мочится в постель, жмётся ко взрослым или, наоборот, отказывается от контактов с ними. Родители отмечают, что он вздрагивает во сне, становится дома беспричинно обидчивым, теряет приобретенные ранее умения, худеет. Всё это может отразиться на его здоровье. При нормальной адаптации у ребёнка быстро восстанавливаются поведенческие реакции (примерно через 2–3 недели), не отмечается задержки нервно-психического развития, он не болеет или более всего один раз, не более недели, без осложнений, увеличение длины и массы тела соответствует возрастным показателям.

Бывает так, что к нам приходит ребёнок, родители которого не побеспокоились заранее о том, чтобы познакомиться с условиями и образом жизни в яслях. Чаще всего это дети из семей, в которых детьми не особо интересуются (хотя могут быть исключения). Здесь возникают трудности другого рода: поскольку ребёнок не активен, робок, не ухожен и, сплотившись и рядом, мало к чему приучен. С таким ребёнком нужно, по нашему убеждению, заниматься и воспитателю, и психологу, и методисту, и медработнику. Он обязательно должен ощутить себя в центре внимания, быть всячески облакан.

Смена привычной для ребёнка среды — это стресс. Лучшее лекарство от стресса — смех. Существует даже термин «смехотерапия». Нужно создавать такие ситуации, чтобы ребёнок больше смеялся. Для этого в группу часто вносятся игрушки — забавы, демонстрируются весёлые (доступные возрастному пониманию) мультфильмы, приглашаются необычные гости — зайчики, клоуны, лисички... В их роли могут быть куклы «би-ба-бо», старшие дошкольники, взрослые.

Во время адаптационного периода нужно учитывать все индивидуальные привычки ребёнка, в том числе и вредные, и ни в коем случае не перевоспитывать его. Необходимо принять ребёнка таким, каков он есть, не высказывая недовольства от неадекватного поведения, отсутствия самостоятельности и прочего. Неплохо будет, если родители принесут из дома его любимую игрушку, с которой он привык засыпать.

Введение элементов семейного быта в практику работы яслей должно стать нормой для педагогов. И ещё одно несложное правило: никогда не жаловаться на ребёнка родителям. Следует постоянно помнить, что, с поступлением в ясли все проблемы ребёнка становятся лично его, педагога, профессиональными проблемами.

Основная идея, которой мы руководствуемся в работе с детьми ясельных групп, — это идея создания особым образом организованного для них жизненного пространства. В нём малышам создается максимум условий, чтобы они могли учиться искусству жить и искусству мыслить, как можно быстрее адаптироваться к большому миру, который ждёт их за порогом яслей.

И. В. ФРИЗИЦКАЯ

ЗАБЛАГОВРЕМЕННОЕ ЗНАКОМСТВО

Для того чтобы значительно снизить напряжённость адаптации, в нашем детском саду разработана система работы с детьми, не посещающими детский сад, — будущими воспитанниками.

От того, как пройдёт привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым, зависят его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в детском саду и семье. К сожалению, этот процесс протекает нередко сложно и болезненно. Ребёнок может отказываться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки.

Часто бывает, что ребёнок как бы забывает многое из того, чему он научился: он хуже говорит, становится менее самостоятельным, чаще оказывается мокрой его постель. Родители в растерянности: бывает, что их эмоциональная реакция на поведение ребёнка только усугубляет ситуацию. Родители часто не могут помочь своему малышу, потому что сами нуждаются в помощи, поскольку не знают, как лучше поступить в новой ситуации.

Для всех семей острый период адаптации индивидуален.

Работа начинается с лектория в комнате здорового ребёнка при детской поликлинике. Здесь воспитатели групп раннего возраста, педагог-психолог, музыкальный руководитель, логопед проводят консультации для родителей.

Вот их примерная тематика: «Как играть с малышом», «Проблемы детского сна», «Как подготовить ребёнка к детскому саду», «Как отучить малыша от груди, соски, бутылочки», «Как приучить малыша к горшку», «Развивающая гимнастика для малышек по мотивам русского фольклора», «Развитие речи детей раннего возраста» и т. д.

Цель этих консультаций — оказать посильную помощь родителям в воспитании малышек, повысить педагогическую компетентность родителей. Одновременно с этим мы отслеживаем родителей, дети которых впоследствии придут к нам в детский сад. Дальнейшая работа ориентирована уже на них, и все мероприятия проходят в нашем детском саду.

Далее родителям предлагается ещё до поступления ребёнка в детский сад прийти на консультацию к психологу.

За основу в организации наших консультаций взяты разработки Г. Г. Зубовой.

ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА С СЕМЬЁЙ

Её задачи:

1. Провести предварительную диагностику ребёнка.
2. Выявить особенности семейного воспитания.
3. Дать возможность родителям проговорить свои опасения, связанные с помещением ребёнка в детский сад.
4. Дать индивидуальные рекомендации по подготовке ребёнка к посещению детского сада.

Особое внимание направляется на исследование развития социальных навыков ребёнка:

- уверенность в себе;
- самостоятельность, инициативность;
- способность устанавливать и поддерживать отношения со взрослым;
- эмоциональная чувствительность;
- усвоенные простейшие нормы и правила поведения.

Важно определить особенности семейного воспитания, обращая внимание на следующие моменты:

- дают ли родители ребёнку в первые минуты осмотреться или сразу пытаются вовлечь его во что-либо, например привлекая внимание к игрушкам или деталям интерьера;
- заботятся ли родители о самочувствии ребёнка во время пребывания в кабинете;
- доверяют ли родители ребёнку;
- сильно ли опекают;
- жёстко ли контролируют;
- поддерживают ли детскую инициативу или подавляют;
- рассказывая о ребёнке, говорит «мы» вместо «он», например: «Мы умеем самостоятельно одеваться»;
- легко ли родители вступают в контакт;
- доверяют ли родители ребёнка специалисту или пытаются контролировать ситуацию общения с ним; откровенны ли родители; насколько готовы к сотрудничеству; соглашаются ли со всем или умеют отстаивать свои интересы, свою точку зрения.

Встреча с родителями начинается с непродолжительной беседы. Мы обсуждаем причины помещения ребёнка в этот детский сад; на исследование родительских ожиданий, связанных с этим; на осознание того, насколько высока вероятность реализации этих ожиданий и от кого это зависит; от кого зависит благополучие ребёнка в детском саду; чего родители опасаются и как они могут справиться со своей тревогой; в чём может заключаться родительская помощь ребёнку на начальном этапе вхождения в новую среду.

Параллельно с беседой идёт наблюдение за малышом. Предполагается, что поведение ребёнка в кабинете психолога продемонстрирует модель его типичного поведения по освоению новой обстановки и установлению отношений с новыми для малыша людьми. Ребёнок своим поведением покажет то, как он будет осваиваться в группе детского сада, как будет устанавливать отношения с другими детьми и взрослыми. Именно сейчас можно увидеть проблемы малыша.

Важно обратить внимание на родителей. Чаще тревогу испытывают дети, родители которых сами очень взволнованы, иногда до такой

степени, что не замечают эмоционального состояния малыша и не могут его ободрить. Обычно в этом случае проявляются родительские опасения, волнения. Снижение волнения у родителей благотворно сказывается на ребёнке.

По результатам беседы с родителями и результатам наблюдения за поведением ребёнка складываются вывод о том, как лучше организовать переход от семейного к общественному воспитанию.

ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ

После первичных консультаций мы переходим к следующему этапу работы. Родителям вместе с детьми предлагается цикл занятий по подготовке к детскому саду.

Эти занятия разрабатываются совместно с логопедом детского сада, проводятся психологом и воспитателем группы, в которую поступят малыши. Занятие длится 10 минут, проводится в кабинете психолога. Оно включает в себя следующие моменты:

◇ Приветствие

Например:

У стола, рядом с педагогом под пелёнкой спрятан игрушечный заяц.

— Ой, кто это?

(Педагог достаёт из-под пелёнки одно ухо зайца.)

— К нам в гости заяц Степашка пришёл. Поздоровайтесь с ним.
(Заяц по очереди здоровается со всеми детьми.)

◇ Пальчиковые игры («Указочка», «Кулачок», «Тук-тук», «Сорока-ворона», «Сорока-белобока», «Совушка-сова» и др.)

◇ Артикуляционная гимнастика

(Например:

— Ветер-озорник раскрыл окошечки. Покажите, как он открыл окошечки. (Упражнение «Окно» повторяем 3–4 раза.)

— А в наших окошечках песенка живёт — А-а-а-а-а.

— Какая песенка живёт в окошечках?

(Дети вместе со взрослыми тянут звук [а].)

◇ Мыслительная разминка

Два примера:

1. «Волшебный мешочек». В мешочке спрятались кубик, шарик, пирамидка. Дети по очереди достают игрушку из мешка. (Что это? Это кубик? Покажи.)

После того как все игрушки узнаны и расставлены на столе, педагог предлагает ещё раз назвать игрушки.

— Игрушки любят играть в прятки. Мы сейчас назовем их ещё раз, и я спрячу одну игрушку под салфетку. (Игрушки те же). Закрывайте глазки.

Педагог прячет игрушки по очереди, если дети затрудняются ответить, можно вновь обтянуть игрушку тканью салфетки.

2. Каждому малышу выдаётся пирамидка, состоящая из 3 колец. Пирамидки разбираются (при помощи взрослых). Далее психолог предлагает ребятам найти самое большое кольцо, показывает своё. Дети по образцу находят самое большое кольцо от своей пирамидки. Кольцо напизывается на пирамидку. Потом подобным образом ищется кольцо поменьше и самое маленькое и также отправляются на пирамидку.

◇ Малоподвижные игры с малышами

В занятиях активное участие принимают мамы. Они помогают детям, малыши чувствуют их поддержку, меньше тревожатся от присутствия незнакомых взрослых. Кроме того, мамы имеют возможность повторять все игры дома, закреплять то, чему научились малыши.

После занятия детям даётся возможность поиграть в комнате самостоятельно.

Некоторые занятия проходят в музыкальном зале, проводит их музыкальный руководитель. У ребят есть возможность побегать, потанцевать, послушать и попеть песенки и потешки. Мама в ходе таких занятий также получают «багаж знаний» по музыкальному развитию детей.

По окончании всех занятий для всех малышей проходит праздник «Давайте все подружимся!» с участием персонажей; проводят

его музыкальный руководитель, психолог, воспитатель группы. Цель праздника — подвести эмоциональный итог для ребят, оставить положительное впечатление о детском саду, заронить в их души огромное желание идти в детский сад.

По результатам консультаций и занятий делается прогноз степени адаптации ребёнка к детскому саду.

ПРОГНОЗ ВЕРОЯТНОЙ СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА

Лёгкая адаптация. (Мы ожидаем, что поведение ребёнка в саду нормализуется в течение 10–15 дней.) Ребёнок спокойно входит в кабинет, внимательно осматривается, прежде чем остановит своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к другому человеку, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заместители, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на одобрения и замечания, корректируя после них своё поведение.

Родители доверяют своему ребёнку, не контролируют его постоянно, не опекают его, не указывают, что ребёнку нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают малыша в случае необходимости.

Родители уверены в себе, с доверием относятся к специалисту, отстаивают свои взгляды, проявляют инициативу и самостоятельность.

Адаптация средней тяжести. Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями психолога. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, при этом может нарушать установленные правила поведения (проводит своего рода социальное экспериментирование).

Родители часто не доверяют ребёнку, пытаются дисциплинировать малыша, делают ему замечания. Как правило, советы и реко-

мендации психолога принимают, задают много вопросов, избегая высказывать свою точку зрения.

Ожидаемый период адаптации ребёнка — около месяца.

Тяжёлая адаптация. Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чём не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала специалиста оставляют ребёнка или безучастным, либо он пугается и бежит за поддержкой к родителям. Те либо игнорируют потребности ребёнка, либо опекают его во всём, находясь с ребёнком в полном слиянии.

Чаще в такой ситуации родители тревожны, воспринимают встречу с психологом как экзамен. Такие родители пугаются в дополнительных консультациях.

В заключении этой работы проводится общее собрание для всех родителей будущих воспитанников нашего детского сада. На нём старший воспитатель и психолог знакомят родителей с правилами, требованиями нашего детского сада, с программой работы дошкольного учреждения. Также родителям даются конкретные рекомендации, как подготовить малыша к детскому саду.

Мы знакомим родителей с разными вариантами адаптации детей к детскому саду и, в соответствии с этим, с различными вариантами введения ребёнка в группу.

Опыт работы показал, что дети, чьи родители участвовали в подготовительной работе, легче привыкают к детскому саду. Они уже знакомы со взрослыми, кто с ними будет работать, знакомы с другими детьми. Мамы познакомили их с детским садом, с группой, музыкальным залом. Они легче привыкают к режиму детского сада, к требованиям, которые присутствуют в детском саду.

Анастасия Леонидовна КОЖИНА

ДВЕ НЕДЕЛИ УТРОЕННОГО ВНИМАНИЯ

В наших традициях сложилась особая двухнедельная система привыкания «домашних детей» к детскому саду.

Во-первых, в этот период в группе одновременно работают оба воспитателя, да ещё и третий взрослый — няня. (Увы, если заведующая не придумает способ, как их материально поддержать, они, как правило, работают эти дни наполовину бесплатно; ведь в стандартной смете не предусмотрена такая роскошь как забота о здоровье детей и их родителей.) Зато такое дружное усилие взрослых позволяет достичь того, что, обычно, ни один малыш в первый месяц не заболевает (а значит, быстро привыкает к детскому саду и может замечательно в нём обжиться). Одна воспитательница встречает малыша в раздевалке и потом ведёт его в группу, а другая спокойно работает с теми, кто уже в группу пришёл. На следующий день другая принимает в раздевалке вновь пришедших детей, а та их встречает в группе.

Если кто-то капризничает, обязательно им сможет заняться один из взрослых взрослых. Это создаёт спокойную атмосферу для остальных. И этот малыш, увидев, что другие детки играют, никто не плачет, успокаивается и включается в деятельность. Слёзы малыша — это ведь чаще всего сигнал для нас, что он не занят, а хочет заняться делом или общением со взрослым...

В первый день мы советуем, чтобы малыш присутствовал только во время умывания, опробования какого-то фрукта и завтрака. Даже если малыш не поест, не страшно. Он знает, что мама рядом, она его сейчас же заберёт домой.

Второй день рекомендуем удлинить: добавить к тому, что было вчера, музыкальное занятие. Он его или посмотрит, или поучаствует в нём. Главное, не успеет соскучиться и заплакать, как его опять мама заберёт.

На третий день добавляем прогулку.

На четвёртый день предлагаем прийти на полчаса раньше, чтобы понаблюдать за хороводными играми и за зарядку, а после прогулки нужно посмотреть, какое настроение у малыша, как он себя чувствует, если хорошее, то предложить маме забрать после обеда домой. Но в первую неделю не советуем оставлять ребёнка на дневной сон.

На второй неделе, в первый день, тоже ещё не укладываем спать.

На второй день рекомендуем забрать сразу после сна.

На третий день предлагаем оставить его для участия в занятии. И забрать его уже после 16 часов.

Первое правило у нас в группах — не жаловаться на воспитательницу родителям. Наоборот, это мы в первые дни сентября ежедневно спрашиваем у родителей, на что жалуется ребёнок, чем он недоволен, что у нас не нравится. А как же иначе? Ведь он же только привыкает к детскому саду...

Мы рассказываем родителям о том, что Анна Александровна Люблинская, известный ленинградский психолог, советовала мамам и папам договариваться с малышом о расставании с ним только на сегодня: «Ты сегодня сходишь в детский сад, а потом мы будем вместе». Ребёнка не стоит пугать тем, что он на всю неделю будет оторван от дома и родителей. Ощущение скорой встречи и будет успокаивать малыша.

...Однажды воспитательница младшей группы с гордостью заявила мне, что дети вечером к мамам не хотят уходить, так хорошо им в детском саду. На что я выразила огромное огорчение по поводу её непрофессионального подхода к этому вопросу. Разве можно допускать такую ситуацию, когда мама, соскучившись по своему ребёнку, спешит к нему, а он не хочет к ней идти?!

Наоборот, надо всё так построить в работе, чтобы к приходу мамы малыш уже ждал, бежал к ней. Пусть мама и не знает, что это наша

заслуга, пусть думает, что малыш сам бежит от воспитателя к ней. Потом умная мама поймёт, что, если утром малыш с радостью бежит в детский сад, а вечером радостно бежит домой, значит, ему хорошо живётся и тут, и там. Ведь первый признак для мамы хорошего детского сада, если малыш не боится. А они не боятся главным образом тогда, когда им эмоционально хорошо в группе и дома.

Поэтому я такой совет даю воспитателям в сентябре — октябре: До 16 часов о маме с малышами не вспоминать, чтобы провести спокойно вечернее зачатие. А вот после него начать говорить о том, что скоро придут мамочка, папочка. Чем же их порадуем? Как встретим, как обнимем и поцелуем.

Советую подойти с ними к зеркалу, показать, каким будет лицо у того, кто любит маму и папу, бабушку и дедушку. Родителям тоже советую встретить малыша радостно, не требовать в этот раз от него лишней самостоятельности, а с улыбкой, с поцелуями одеть быстро малыша и шагать в задуманном направлении. (Ведь слёзы малыши в раздевалке с приходом родителей — это признак явных ошибок взрослых.)

Специально в раздевалке размещено большого размера зеркало. Просим родителей, прежде чем открыть дверь группы и позвать своего малыша, остановиться, посмотреть в зеркало и вспомнить, что в эту минуту данное лицо принадлежит не покупательнице, не пассажирке, не сотруднице фирмы, а МАМЕ.

Наталья Михайловна КРЫЛОВА

ПЕРВЫЙ ШАГ — ОСВОЕНИЕ ПРОСТРАНСТВА

Давайте представим себя в большом, незнакомом, но интересном здании, например в музее. И зададим себе несколько вопросов.

Например, сколько времени нужно взрослому человеку, чтобы освоиться в этом новом для себя пространстве?

Сколько ещё раз туда нужно зайти, чтобы устойчиво закрепить в себе ощущение «знакомости» этих мест? В чём может выражаться, чем может удерживаться это ощущение знакомости? В каком случае быстрее и легче возникает это ощущение: если вы три раза обойдёте этот музей под руководством экскурсовода или один раз с ним, а второй раз — уже самостоятельно?

Скажите, пока само здание, само это место ещё «не ваше», насколько глубоко можно суметь воспринять находящиеся в музее экспонаты? Сколько раз нужно прийти в музей, чтобы наконец увидеть там то, ради чего музей и создан?

ЛАБИРИНТЫ ПУСТЫХ МЕСТ

Вопросы можно продолжить, но их смысл уже и так понятен. Дошкольник, впервые попав в физкультурный зал, сталкивается с теми же самыми заботами, что и взрослый человек в незнакомом для себя месте. Но если взрослый имеет возможность осваивать это пространство, то что из этих возможностей предоставлено ребёнку 4-5-6-7 лет?

Другими словами, могут ли дошкольники в какой-то момент почувствовать себя хозяевами в физкультурном зале или они здесь, как

в процедурном кабинете, получают лишь свою «порцию здоровья»? Упосят ли только они эту порцию в этом случае?

Все эти вопросы можно переформулировать как педагогическую проблему освоения детьми физического пространства спортивного зала и пространства собственных действий.

При этом важно помнить, что процесс освоения этих пространств должен быть организован как с детьми, впервые пришедшими в зал, так и с теми, кто возвращается туда после летнего перерыва. Ведь для дошкольников два летних месяца — куда как более длинный период, чем те же два месяца для взрослого человека.

Освоение физического пространства зала — первоочередная забота педагога. Если дети не воспринимают зал своим, если его дальние углы — ещё совсем чужие, то у них возникает чувство зажатости, скованности, нерешительности.

В качестве **экспресс-диагностики**, позволяющей выяснить степень освоенности детьми пространства, можно проделать следующее.

Предложите детям (например, 4–5 лет) взять в руки мячи и в произвольном порядке, кто где хочет — поиграть с ними. Подбрасывать и ловить их. Как поведут себя дети?

Если они с лёгкостью разбегутся по всему залу, каждый выберет себе место, где он видит всех, по никому не мешает, то это говорит о том, что дети освоили это пространство, они уверены в своих силах, в своей безопасности и в своей сопричастности к общему делу. Другими словами, они готовы к занятиям в физкультурном зале.

Если же дети бессознательно теснятся друг к другу, мешая при этом друг другу, но не замечая этого; если на предложения взрослого разойтись по залу они никак не реагируют, то это говорит только об одном: зал для них — чужое, незнакомое, малопривлекательное место.

Но ведь мы не всегда предлагаем детям действовать именно так. Обычно ведь группу детей по залу распределяет взрослый. Каждому определяется его место, задание, его траектория движения и т. д.

Но как разнятся между собой действия детей, уверенно чувствующих себя в зале, и тех, для кого физкультурный зал сродни процедурному кабинету...

Учитывая эти особенности детского мировосприятия, первые 2–4 недели занятий мы посвящаем именно освоению физического пространства зала.

А средствами реализации этой задачи являются самые разнообразные виды деятельности: от подвижных игр до заданий в сложпоорганизованном физическом пространстве.

Подчеркнём, что в данном случае важны не сами по себе задания, а важен смысл того, что происходит в группе и с группой. Именно на это обращает внимание взрослый, это является предметом его профессионального интереса.

ОБМЕН ОПЫТОМ

Общая схема освоения ребёнком пространства такова: от освоения своего места среди других к освоению пространства зала «нашей» группой, затем личное освоение зала и способность выбрать «удачное место» в ходе групповой игры и как итог — совместное действие в сложпоорганизованном социальном и физическом пространстве в ходе игровой и иной спортивной деятельности, которое может быть выражено в детском высказывании «Мы сами».

Важность этих этапов определяется уже иными педагогическими перспективами работы с детьми дошкольного возраста. Укажем коротко, в чём эти перспективы.

Появление формы детской активности «мы сами» в сочетании с ранее установившимися формами «Я и другие», «Мы и другие», «Свои и я» приводит к возникновению функциональной системы направленной передачи личного опыта. Дети начинают интересоваться умениями друг друга, обмениваться опытом, помогать друг другу и корректировать совместные действия.

МЕТРИКА ДВИЖЕНИЯ

Но вернёмся к проблеме освоения пространства.

Знают ли дети по имени тех ребят, кто стоит в ряду справа от них, и тех, кто стоит слева? Если знают, то тогда знают и своё место в ряду. И могут его найти, не путаясь и не вступая в «прения» друг с другом. Эти дети уже могут не терять своё место во время бега или ходьбы.

Знание тех, кто бежит впереди, и тех, кто бежит сзади, позволяет каждому (на фоне простой договорённости бежать, не обгоняя друг друга) сохранять средний темп бега по периметру зала.

А бег тем временем может приобретать более сложные формы. Вначале — бег в колонну «змейкой» по «расчерченному» скамейками залу. Скамейки помогают легче уловить рисунок (образ) бега с изменением направления. Скамейки заменяют кегли. Сложность рисунка бега определяется только ресурсом группы детей.

Дети бегут и в колонну, и парами.

Параллельно дети осваивают *шведскую стенку*. Одни с энтузиазмом взбираются под самый потолок. Другие — только на третью перекладину. Но образ сидящего наверху сверстника уже вполне притягателен. Начинает осваиваться верхний ярус спортивного зала.

Хорошо тем, у кого в зале есть *канаты, сетки*, по которым можно карабкаться или просто висеть «между небом и землёй» и оттуда обозревать окрестности. В нашем зале — шведская стенка и турнички, на которых можно висеть, уцепившись руками и немного раскачиваясь.

Сверху видны нарисованные небольшие *треугольники на полу*. На эти треугольники дети встают во время общеразвивающих упражнений. Таким образом сокращается время на распределение детей в пространстве зала и устраняются многие (хотя и не все) недоразумения по поводу того, кто где может и должен стоять. Другое дело, что эти треугольнички должны быть обнаружены самими детьми.

Игра «самолёты» нравится детям любого дошкольного возраста. Кто же откажется побегать в полную силу по залу с раскинутыми в стороны руками-крыльями. Важно только не натолкнуться друг на друга. Столкнувшись выбывают из игры. Пафос игры в том, чтобы столкновения контролировал (фиксировал) не только взрослый, но и сами дети.

Вернёмся к бегу. Теперь по залу «змейкой-ручейком» бегут две колонны детей. Направляющий уже сам определяет траекторию бега

своей группы. Замысел простой — бежать, «как ручейки», и не мешать друг другу. По команде взрослого дети образуют «круги-озёра». Затем бег продолжается. В данном конкретном случае дети осваивают не только пространство зала, они начинают ориентироваться в изменяющемся (за счёт другой бегущей группы) пространстве зала, они начинают ориентироваться друг по отношению к другу, согласовывать совместные действия, пристраиваться и прилаживаться друг к другу.

Именно здесь начинает складываться способность свободно двигаться по залу, находить себе место для упражнений, свободно располагаться в этом месте и включаться в предлагаемые виды деятельности уже не вдогонку за инструкцией взрослого, а по собственной инициативе и собственному желанию.

На этом этапе уместны предложения взрослого попробовать пройтись всем спиной вперёд. А потом и легко пробежаться. Насколько это окажется неожиданным для детей? А насколько — увлекательным? Все зависит от степени уверенности в тех, кто рядом со мной и впереди (или позади?) меня. И от степени личного освоения пространства зала, его промеренности шагами, от ощущения его «глубины», «ширины», «высоты».

На общеразвивающих упражнениях взрослый день ото дня меняет своё местоположение. Как, впрочем, и дети. Сегодня они стоят в кругу, в следующий раз — в шеренгах лицом к преподавателю, потом — в двух шеренгах лицом друг к другу и взрослого видят дети только одной шеренги.

Бег в парах вокруг скамейки с предложением догнать друг друга со сменой направления бега по сигналу; движение вокруг двух кеглей по «восьмёрке»; перепрыгивание двух кеглей, расставленных по собственному усмотрению; прыжки за полоски, например начерченные мелом: «Ты прыгаешь за какую полоску, перед какой остановишься?» — все это освоение физического пространства и пространства собственного движения.

Важно подчеркнуть, что наиболее продуктивны занятия тогда, когда они проходят с музыкальным сопровождением. Музыкальный фон, заполняющий все пространство зала, вписывание себя в нужный музыкальный темп и ритм как

исходной, базовой характеристики любого движения, позволяет детям с большой лёгкостью участвовать во всех предлагаемых взрослым делах.

СКАЧУЩИЕ МЯЧИ

Через месяц давайте опять проведём экспресс-диагностику. «Вот мячи, их можно подбрасывать вверх, пачивать их об пол одной или двумя руками, подбрасывать и хлопать в это время в ладоши и т. д.».

Мячи покатались по всему залу. Дети побежали за ними. Но, поймав свой мяч, ребёнок уже не торопится на своё прежнее место, он начинает (точнее, продолжает начатое) с того места, где поймал мяч. Группа детей рассредоточилась по всему залу. Каждый занимает такое место и так перемещается в пространстве, что количество столкновений друг с другом минимально.

Но мы-то понимаем, что это событие неслучайное...

*Владимир Леонидович ВЫСОЦКИЙ,
Татьяна Ивановна ТЕРЁШКИНА*

5. СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ. ПРОЕКТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



АВТОРЫ ПЯТОГО РАЗДЕЛА:

Татьяна Владимировна Островская —

ст. воспитатель детского сада № 1791 г. Москвы.

Вадим Ильич Слуцкий —

педагог, публицист, автор ряда педагогических книг, создатель методических пособий по преподаванию русского языка. Несколько лет работал руководителем детского сада, г. Петрозаводск.

ДЕТСКИЙ САД ПОНАРОШКУ

Об игровой методике введения детей в детсадовский образ жизни

Основная идея методики «Детский сад для зверят» состоит в том, чтобы познакомить ребёнка с детским садом через игру, тем способом, который наиболее понятен ребёнку. В спокойной домашней атмосфере дать ему почувствовать, понять идею совместного пребывания с другими детьми. Этот способ — игра, которая специально организуется мамой (или другим близким ребёнку взрослым) за несколько месяцев до поступления в детский сад.

Основная цель игровой методики — формирование интереса у ребёнка к детскому саду заблаговременно, до реального поступления.

Известно, что у ребёнка к концу дошкольного возраста возникает потребность выполнять социально значимую деятельность, и эта потребность складывается во внутреннюю позицию школьника. В идеале, в процессе подготовки ребёнка к поступлению в детский сад посредством данной методики, у ребёнка должно формироваться аналогичное ощущение значимости поступления в детский сад. Такое ощущение подкрепляется вызванным интересом к детскому саду, а следовательно, стремлением ребёнка оказаться в нём.

УЖАС ЗАМЕНЁН АЖИОТАЖЕМ

...Ещё задолго до рождения дочери я работала в детском саду: вначале в должности психолога, а потом (так уж получилось, хотя мне было 23 года) и заведующей. Как дети приходят первый раз в сад, знала не понаслышке.

Когда родилась моя Маруся, то мысль о том, что подобные детские страдания суждены и ей, приводили меня в ужас.

Маруся росла и вообще-то была ребёнком, который «нестандартно» относился к незнакомым людям: она очень не любила, когда к ней обращались, например, в автобусе. Да и находиться она всегда хотела только со мной, хотя маму и бабушку очень любила. Но мой уход всегда воспринимала с неудовольствием.

И вот, когда ей было 2 года и 3 месяца, я, усевшись на пол, построила из кубиков «периметр» помещения, который назвала для Маруси «Детским садом» — и поставила в «коридорчик» «воспитательницу» (игрушечную пластмассовую коровку).

Сюжеты будущего

Так у нас начался «День в детском саду»: игрушечные домашние животные приводили в сад своих детёнышей; их встречала воспитательница; они мыли коньтца, ели, играли, гуляли...

В первый раз Маруся была только зрителем, но игра продолжалась полтора месяца, и Маруся сама стала строить садик и повторять многочисленные сюжеты, которые я ей показывала в игре из «садовой» жизни (всё, вплоть до конфликтов из-за игрушек и шаловливого поведения).

Нам туда нельзя?!

В конце лета Маруся попросила меня пойти на площадку, на которой играло много детей. Это был детский сад, о чём я Марье и сказала, добавив, что там туда нельзя. С этого дня Мария всё время просила отвести её в сад. И дома, и на улице она вспоминала о нём и просилась туда.

Мне пришлось взять путёвку в сад. Мари даже в поликлинику пошла с лозунгом: «Иду в сад!»

Восторг вместо проблем адаптации...

Итак, настал день первого посещения... Я внутри вся тряслась, а внешне поддерживала Марусин восторг. Мой «совёпок», любивший поспать до девяти-десяти часов утра, сорвался в 7.00 и помчался в сад. В раздевалке я еле успела застегнуть Марусе босоножки, как она сказала мне: «Иди по делам», — и скрылась в группе на глазах слегка ошарашенной воспитательницы.

Это был уже октябрь, и многие дети уже ложились спать. Марья через день объявила, что берёт с собой пижаму, и тоже будет спать.

Она заранее знала, что должно быть в детском саду, и не оказалась в неожиданной ситуации. У неё не было стресса и слёз. Она не задавала вопросов: «А мама придёт?..»

На это прерву свой рассказ о Марусе. Далее представляю те нюансы игры, которые проявились сами собой по ходу того, как из родительских переживаний за малыша создавалась моя методика адаптации детей к детскому саду.

ТРИ СТОРОНЫ МЕТОДИКИ

Ребёнку в детском саду надо адаптироваться к новым обстоятельствам, а именно:

- незнакомые взрослые принимают на себя реализацию удовлетворения потребностей ребёнка, 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 ребёнка) с различным уровнем перво-психического развития, характером, потребностями, с которыми надо взаимодействовать;
- новое большое помещение с фиксированными смысловыми зонами и значениями;
- новые правила поведения в группе (режимные моменты, занятия, понятие очередности при получении какой-либо помощи от воспитателя и др.).

Из этих объективных проблем определяются и задачи данной игровой методики.

Первая задача — ознакомительная: рассказать и показать в игре ребёнку, что такое детский сад, и создать положительное отношение к нему, вызвать интерес. Это достигается проигрыванием сюжетов, с которыми столкнется ребёнок в детском саду, для формирования адаптационного поведения и подготовки к новому режиму, правилам поведения, социальным отношениям.

Вторая задача — формирующая: исходя из индивидуальных особенностей ребёнка, выстраивать адекватные формы поведения, а также развить у него навыки общения, взаимодействия и самообслуживания, развитие которых предусмотрено задачами возраста.

После серии игр, когда уже будет сформировано положительное отношение к детскому саду — возможно **проигрывание острых конфликтных ситуаций, с которыми может столкнуться ребёнок**, в том числе плач других детей при расставании с родителями.

Третья задача носит диагностический характер, она ставится тогда, когда ребёнок поступил в детский сад и появились негативные эмоции, для выявления и коррекции зон проблем ребёнка (они могут быть бытовые, т. е. сон, еда, туалет; либо при взаимодействии с воспитателями или сверстниками).

Понимание этих задач намечает и способы их решения.

Во-первых, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей ребёнка, подбирается набор сюжетов для проигрывания, различающихся степенью детализации и длительностью игры.

Во-вторых, в зависимости от поставленной задачи — **ознакомительной, формирующей или диагностической** — подбираются определённые сюжеты для проигрывания.

В-третьих, необходима эмоциональная вовлечённость ведущего взрослого для формирования ответной реакции у ребёнка на все проигрываемые события, получения эмпатического сопереживания.

ИГРУШКИ-ВЗРОСЛЫЕ И ИГРУШКИ-ДЕТИ

Подберём игрушки для ролей родителей, детей и воспитателей. Их следует выбирать, исходя из предпочтений ребёнка. Это могут быть и небольшие куколочки, матрёшки, зверушки.

Главное, чтобы четко можно было разделить игрушки на взрослых и детей. При этом следует иметь в виду, что количество пар «родители—дети» не должно быть менее 5, но и не более 10, так как это слишком усложнит процесс игры.

По опыту наиболее удобно использовать имеющиеся на рынке игрушек наборы домашних животных: коровы, козы, овцы, свиньи, лошади и др., которые часто выпускаются вместе с детенышами. Здесь всё наглядно и понятно, кто мама, кто ребёнок. Воспитателем в таком случае выбирается наиболее крупное животное, в зависимости от предпочтений ребёнка.

В случае, когда для игры покупаются новые наборы фигурок, то, разумеется, они должны понравиться ребёнку, вызвать его интерес.

СТРОИМ ПРОСТРАНСТВО САДИКА

Перед началом игры необходимо построить игровой вариант детского сада с помощью строительного материала. Это могут быть и кубики, и конструктор, и коробки — всё, с помощью чего можно отгородить небольшое пространство, которое будет детским садом и группой (под группой имеется в виду не только коллектив детей, но и помещение, отведённое для него).

Следует обозначить коридор-раздевалку, туалетную комнату и иметь возможность в дальнейшем «пристроить» спальню.

Кроме того, подбираются игрушки, которые будут находиться в группе. Это могут быть маленькие машинки, шарики, кубики, фигурки — всё, что подходит по размеру как игрушки для игрушечного детского сада. Причём более крупные машинки могут стать каталками.

Ещё необходимы игрушечная посуда для кормления «детей»; кубики-брусочки, которые в дальнейшем станут кроватками; книжки-малютки для чтения «воспитательницей» «детям»; тазик или ванночка для умывания.

Для детей, у которых не сформировался навык пользования горшком, следует найти горшочки для малышек.

РАССКАЗЫ И СЮЖЕТЫ

Непосредственно перед началом игры ребёнку показывается построенное пространство с рассказом о нём:

— Это «Детский сад»! Сюда родители приводят детей, чтобы малыши вместе играли, гуляли, занимались интересными делами, пока мама и папа на работе. Дети дружно умываются, кушают, спят. А с ними всегда находятся воспитатели. Они играют с детьми, читают им книжки, водят хороводы, во всем помогают детям. Когда малыши утром приходят в садик, воспитатели их встречают.

Проиграем с ребёнком ряд сюжетов. Мы подбирали их, исходя из практики пребывания детей в детском саду с акцентом на эмоционально напряжённые ситуации. Итак, представляем следующие сюжеты: приход детей в сад и расставание с мамой; свободная игра детей; конфликты; занятия; гигиенические мероприятия и еда; сон; прогулка; возвращение родителей.

Приход в сад, расставание с мамой

Задачи сюжета:

- *основной задачей сюжета является знакомство и закрепление того факта, что с мамой надо будет на время расстаться и пойти в группу одному;*
- *знакомство с рядом правил этикета и быта в детском саду.*

Сюжет прихода в детский сад должен быть разыгран взрослым исключительно в радостных тонах, наполнен ожиданием интересного дня. «Малыши» спешат раздеться, весело и нежно прощаются с мамами, которые «уходят по делам». «Воспитательница» доброжелательно встречает «детей», приглашает в группу.

В дальнейшем, если уже при посещении садика у ребёнка под действием каких бы то ни было причин (запервиччал, испугался

в саду, обидели и т.п.) появятся слёзы при прощании с родителями или он окажется свидетелем чужих слёз и переживаний, то будет актуально ввести подобный эмоционально напряжённый сюжет в игру.

Проигрывание доброжелательного поведения родителя, воспитателя и других детей (а в дальнейшем и самостоятельное проигрывание ребёнком подобных сцен и выхода из эмоционально напряжённой ситуации) станут в некотором роде уже личным опытом с благополучным исходом пережитым ребёнком.

Есть нюанс в том, как организовать проигрывание ухода «мамы по делам». Мамы могут «уйти» так далеко, что пропадут из поля зрения играющего ребёнка. Лучше их сосредоточить в сторонке, так, чтобы ребёнок краем глаза всё же мог их видеть. Это будет демонстрировать ребёнку, что «мама хоть и уходит по делам», но она недалеко.

Свободная игра детей

В игре можно и нужно демонстрировать, что общением руководит не только воспитатель, но и сами дети принимают в жизни группы активное участие. Например, малыши иногда могут и сами договориться, остановить обидчика, предложить тему игры, обратиться к воспитателю с просьбой — это как раз те навыки взаимодействия, которые начинают активно развиваться, когда ребёнок попадает в общество сверстников и незнакомого взрослого (как договориться с мамой, ребёнок уже имеет представление).

Задачи сюжета:

- *показать ребёнку, что в детском саду будет много игрушек, возможно и таких, которых нет у него дома и с ними можно играть;*
- *наличие сверстников позволяет организовывать совместные игры и участвовать в них, это новый и интересный способ общения.*

Игры детей в саду разнообразны, и возможны различные сценарии для разыгрывания. В общем плане их можно разделить на:

Самостоятельная игра ребёнка с выбранной игрушкой.
В развитии сценария можно сделать акцент на том, что из

большого количества игрушек можно выбрать себе интересную, можно попросить у воспитателя настольную игру или карандаши для рисования.

Совместная игра с другими детьми. Чтобы организовать совместную игру ребёнку, необходимо выполнить ряд действий: обратиться и предложить вместе во что-то поиграть; распределить роли; договориться о правилах.

На каждое из действий, которое необходимо для успешной совместной игры, ведущий взрослый должен обращать внимание ребёнка, показывать, как надо позвать, предложить играть вместе.

Общегрупповые игры, которые организует воспитатель (хороводные, с правилами и стихами и т. п.). В подобных играх руководителем выступает воспитатель, а дети должны выслушать, принять и исполнять правила, учитывая при этом интересы других детей.

Конфликты

Конфликты между детьми в детском саду происходят часто, особенно пока дети ещё не привыкли и не познакомились друг с другом. К тому же дети находятся на разных этапах формирования навыков социального взаимодействия, обладают разным опытом общения со сверстниками.

Задача у этого сюжета очень конкретная: продемонстрировать, проиграть конфликтные ситуации с наиболее разумным и адекватным их разрешением, показать, как можно вообще избегать конфликтов с помощью диалога и взаимодействия.

Чаще всего конфликт возникает, когда один ребёнок хочет отнять игрушку (стул, горшок, шкафчик и т. п.) у другого или, присоединившись к игре, начинает активно вытеснять первого (ребёнок строит из кубиков, подбегает второй и начинает строить своё, постепенно разрушая постройку первого).

Вообще проблема бесцеремонного изъятия понравившейся вещи очень характерна для детей раннего и младшего дошкольного возраста. Детский эгоцентризм, неумение встать на точку зрения другого, шаткость понятия «чужое» — все это присуще маленьким детям и постоянно проявляет себя в общении между ними.

Этот игровой сюжет должен быть разыгран взрослым на глазах ребёнка как можно натуральнее — с писком, возмущением, т. е. естественно эмоционально. На помощь потерпевшему сразу должна прийти воспитательница и объяснить шалуна, что эта игрушка сейчас занята и нужно взять другую, свободную.

— Что ты делаешь? — может сказать «воспитатель». — Отнимать нельзя. Он взял эту игрушку, и она сейчас занята. Посмотри, ты испугал и расстроил этого малыша. Пойдем и посмотрим, какие есть свободные игрушки, и выберем интересную для тебя.

Это особенно важно, если ребёнок, участвующий в игре, сам склонен отнимать то, что ему захотелось в данную минуту.

Закрепление понятий «занята» и «свободна» будет ему полезно, когда он сам окажется среди незнакомых сверстников, с которыми вместе ещё не научился играть.

Эти понятия сопутствуют человеку всю жизнь: «Это место свободно?», «Преподаватель сейчас занят» (даже в молодежной субкультуре представители противоположного пола награждаются этими понятиями). Надо научиться уважать «занятость» также и времени, и мыслей других людей.

Обращать внимание ребёнка на эмоции другого в конфликтных ситуациях необходимо постоянно, т. к. запреты ребёнку взрослыми ограничивать свободу и пространство других людей основано, прежде всего, на эмоциональных страданиях обиженного (не бери чужого не потому, что накажут, а потому, что опечалится хозяин). Причём и в игре, и в жизни все обращения к эмоциям должны быть максимально эмпатичными, чтобы вызвать сопереживание у ребёнка, заразить его эмоцией.

Конфликтные ситуации по поводу игрушек могут использоваться и для обучения ребёнка приёмам позитивного взаимодействия, т. е. на примере общения игрушечных малышей продемонстрировать возможность уступить игрушку, если другой очень просит, поменяться, договориться о совместной игре.

Кроме конфликтов по поводу игрушек, бывают столкновения между детьми по вине ребёнка-драчуна, который любит толкаться

и отнимать игрушки у других детей. В разыгрывании подобного сюжета ребёнку, который не склонен нападать на других, можно показать, что основным помощником обиженного малыша является взрослый-воспитатель. Если же у самого ребёнка наблюдаются подобные желания, то здесь есть возможность проведения работы по вызову эмоционального отклика и сострадания к обиженным детям.

Конфликтные ситуации могут возникать между ребёнком и воспитателем. Ребёнок может не слушать замечаний, рекомендаций, просьб воспитателя, грубить в ответ. Опять же в зависимости от индивидуальных особенностей играющего ребёнка надо уделять этому сценарию разное количество времени: от кратковременных разногласий, которые быстро улаживаются воспитателем, до подробного проигрывания различных ситуаций.

Возвращение родителей

Завершает игру всегда приход «родителей» за своими «малышами». Этот сюжет должен выработать в ребёнке уверенность в том, что его обязательно заберут. Подготовить ребёнка к преодолению болезненной ситуации, связанной с тем, что детей забирают не всех сразу, и не страшно, если чья-то мама придет раньше, чем его.

Диалог между «мамой» и «малышом», а также доброжелательные замечания «воспитателя» должны подвести итог этого интересного дня, тем самым выразив уверенность в том, что следующий день в саду будет также очень интересным.

Вообще, у воспитателя в игре должна быть в основном правило устанавливающая и подытоживающая все элементы сюжетов роль. Например, «воспитатель» всё время хвалит детей за совместную игру:

— Какие вы молодцы, вам весело играть вместе! — моделируя тем самым дальнейшее поведение ребёнка.

Остальные сюжеты: занятия, гигиенические мероприятия и еда, сон, прогулки — разыгрываются подобным образом, с разной степенью детализации, учитывая индивидуальные и возрастные особенности ребёнка.

ДЕНЬ ЗВЕРУШЕК

В зависимости от того, как давно с ребёнком играют в игры по такой методике, насколько она развернута, сколько времени ребёнок вообще может посвятить непрерывной игре, выбирается и проигрывается набор сюжетов из «Дня зверушек в детском саду».

Возможность реализации формирующей задачи позволяет возвращаться к игре при возникновении у ребёнка каких-либо проблем при посещении детского сада.

Индивидуальность процесса адаптации в каждом конкретном случае ставит проблему индивидуального подбора сюжетов для проигрывания. Однако широкие возможности игры позволяют подобрать необходимые ситуации для ознакомления, диагностики и формирования необходимых навыков и умений для благополучной адаптации.

Реализация методики «Детский сад для зверят» показала, что она хорошо принимается детьми и даёт положительные результаты. Один из главных наглядных результатов этой игры — принятие детьми необходимости ухода мамы.

Другими словами, для ребёнка факт ухода мамы становился правилом, условием пребывания в детском саду, который за время игры приобрел привлекательность и вызывал интерес.

К тому же дети ориентировались в режимных моментах и были готовы к тому, что в саду их будут кормить, умывать, укладывать спать. Непосредственно перед поступлением в сад дети, которые после данной игры ждали этого момента как торжественного события, проговаривали, чем они будут заниматься в саду, что их там ждёт, — и с удовольствием после посещения рассказывали о событиях, в которых принимали участие.

Длительность игры в «Детский сад» не ограничена и зависит от ребёнка. Приступить к игре желательно не менее, чем за месяц до предполагаемого поступления в сад.

Реализация данной методики проходила в течение двух месяцев. Практически каждый день с детьми мы играли в «детский сад». Следует отметить, что, помимо привлечения детей к игре со взрослыми, малыши затем продолжали самостоятельно в неё играть.

На начальных этапах игры в самостоятельном проигрывании дети обязательно включали сюжеты прихода в сад и ухода. Тщательно проигрывали все режимно-бытовые моменты, повторяли и развивали продемонстрированные им конфликтные ситуации и тщательно их разрешали. При наблюдении за самостоятельно играющими детьми появляется возможность оценить, как они приняли и поняли всю предложенную им ситуацию, что больше запомнилось и понравилось, информативным может быть и факт «забывания» каких-то сюжетов, особенно если это происходит систематически. Это даёт возможность продиагностировать наиболее значимые в эмоциональном плане для ребёнка моменты пребывания в детском саду.

Татьяна Владимировна ОСТРОВСКАЯ

НА ПОРОГЕ ДЕТСКОГО САДА

Не секрет: для многих детей ходить в детский сад — мука мученическая. Другие, наоборот, «посещают дошкольное учреждение» даже с удовольствием.

Почему так? От чего это зависит: от индивидуальных особенностей ребёнка? От того, какой этот детский сад, какие там воспитатели, какая заведующая? Или от чего-то ещё — такого, что мы нередко не замечаем и поэтому не учитываем?

И можно ли всё-таки сделать так, чтобы малыш шёл в садик если не с радостью, то без отвращения, без истерик и слёз?

Для Терезы Станиславовны рождение дочери было огромным счастьем. Она вышла замуж в идеальном возрасте: в 21 год. А родила в 29. Причём ни один врач так и не мог ей внятно объяснить, в чём же дело. И вот свершилось! У неё есть ребёнок.

Тереза Станиславовна — преподаватель вуза, кандидат наук. Но рождение дочери совершенно изменило её образ жизни и её мировосприятие. Она стала с удовольствием общаться с молодыми мамами, своими соседками по дому, с которыми прежде только что здоровалась, даже не зная их имён. Темы их разговоров: как малыши едят, как прибавляют в весе, как ходят на горшок, чем болеют, что говорит врач, что выписал, как детки спят и т. п.

Замечу, кстати: хотя я больше всего в этой жизни интересуюсь именно детьми, в том числе, совсем маленькими, — но таких разговоров не выпущу. В них есть что-то животное: как будто речь идёт не о людях, а о маленьких зверёнышах. Они едят, спят, испражняются, дышат, болеют и выздоравливают — и не более того.

Однако такое на первый взгляд странное «общение» вполне устраивает Терезу Станиславовну. В то же время прежние связи: с коллегами, студентами — почти разорваны.

Тереза Станиславовна редко говорит о своей Инуське (Ишце) в третьем лице: «Инуся сделала то-то» — и т. п. Обычно мама говорит «МЫ». «*МЫ сегодня опять были на приеме у педиатра*». «*НАШ аппетит стабилизировался*». «*МЫ вчера прекрасно сходили на горшок*». И собеседницам не приходит в голову спросить: «И вы тоже так же прекрасно сходили, как и Ишочка?»

Мама удивительно чувствительна к состоянию дочери, но только к её физическому состоянию. Она мгновенно чувствует, например, когда у девочки поднимается температура или болит животик. А вот какие-то другие эмоции ребёнка, не связанные с физическим самочувствием, почему-то маму не волнуют.

В то же время интеллектуальному развитию Ишочки уделялось много внимания: в два с половиной года малышка уже читала, рисовала, считала до ста, хорошо говорила.

Однако, когда её в три года отдали в садик, из этого ничего не вышло. В садике она ни с кем не хотела играть и даже разговаривать, постоянно плакала, не ела, все время болела и просилась домой. Пришлось её забрать и отдать бабушке.

А вот Ариша в садик ходит с большим удовольствием и плачет, только если её в садик не пускают. Ариша — обычная девочка из вполне благополучной семьи: дома её никто не обижает, все к ней прекрасно относятся. И садик, в который она ходит, — самый обыкновенный. Тот, что ближе к дому. Никто для неё не искал какого-то особого садика.

В то же время мама Ариши, Вера Николаевна, вела и сразу после рождения дочери очень активный образ жизни: встречалась с друзьями, много гуляла, ходила в походы (у них в семье увлекаются туризмом и бардовской песней). Ариша в три года ещё не читала и не умела считать даже до пяти, но уже умела помогать маме убирать, мыть посуду и даже — в какой-то мере — готовить.

Вообще, в этой семье все принято делать вместе: смотреть телевизор — вместе (активно обсуждая, хохоча, толкая и подзуживая друг друга); хозяйством заниматься — вместе; в поход — вместе.

Когда Арише был только годик, мама уже активно обсуждала с подругами её характер: «Аришка-то моя — бой-баба!». «Аринка

у меня сегодня ревела, как парходная сирена: на другом конце улицы, наверно, слышно было». «Чувствую, Ариша моя — шкода: вся в меня!»

За два года (пока Арише было от года до трёх), постоянно встречаясь с Верой Николаевной, я ни разу не услышал от неё местоимения «МЫ» в отношении дочери: она всегда говорит об Арише в третьем лице — как о всяком другом человеке.

Мама порой шлёпает Аришу, иногда ставит в угол. Что совершенно невозможно себе представить в отношениях Терезы Станиславовны с Иншой. Но эти мелкие конфликты не мешают маме и дочке любить друг друга, хотя эта любовь друг к другу, в свою очередь, не мешает им иной раз поцапаться, и достаточно серьёзно. Вера Николаевна может и прикрикнуть на Аришу, да и сама Ариша не отличается особо кротким нравом: она действительно девочка с характером.

Детский садик, куда в три года пошла Ариша, находится прямо во дворе их дома. Когда девочке было два годика, мама, гуляя с ней, часто говорила: «Видишь, как дети играют? И ты скоро с ними будешь. Небось рада?» «Да! Лада!» — отвечала Ариша.

Кстати, в два года она уже никогда не говорила о себе — как это свойственно маленьким детям — в третьем лице: «Ариша хочет», «Ариша пошла» — а только: «Я хочу», «Я пошла». А вот Ишочка в этом смысле отличается странным свойством: она вообще никогда о себе не говорит.

Наверное, вы уже заметили: способность ребёнка адаптироваться к детскому саду зависит от мамы. И в какой-то мере от традиций и уклада семьи.

Детский сад — серьёзный вызов в жизни ребёнка, большое испытание для малыша. А любое испытание — или ломает, или закаляет; делает сильнее, продвигает вперед в развитии — или отбрасывает назад.

Если у мамы есть уверенность в том, что садик — это хорошо, пусть и нелегко к нему привыкнуть; хорошо потому, что это какой-то этап взросления, человеческого роста малыша — то это одно. А если мама изначально сомневается, даже боится («А если будет все время болеть?», «А если будут обижать?»), — это другое. У ребёнка такой тревожной мамы гораздо меньше шансов успешно адаптироваться к садiku.

На самом деле детский сад — причём, как это ни странно, почти любой! — действительно может принести ребёнку (и тоже почти любому!) большую пользу. Потому что это мини-социум. Семья — тоже мини-социум, но очень маленький, состоящий из близких родственников, у которых к малышу особое отношение; наконец, здесь нет сверстников, а часто — вообще нет других детей. Поэтому у малыша — естественным образом — особое положение. Поэтому он не имеет возможности учиться жить с людьми, искать своё место в социуме.

А это очень нужно человеку! Нужно уже в 4 года, а некоторым детям — и раньше. Если условий для поиска себя среди своих сверстников, для общения с ними — нет, то чего-то очень важного в личностном развитии ребёнка не происходит.

Вот почему есть страны, где посещение малышами детских садов — строго обязательно. ВСЕ ДЕТИ там ходят в садики. Абсолютно все. Это закреплено законодательно. Просто нельзя не отдать ребёнка в садик, как нельзя жить без паспорта, как нельзя ставить машину в неположенном месте — за это полагаются определённые санкции. Такая страна, например, Франция.

Так что наше представление о детских садиках как о «камерах хранения для детей» (это прощеское определение принадлежит Борису Павловичу Никитину): дескать, садики нужны потому, что не с кем оставить ребёнка, пока родители на работе, — связано с нашими, советско-российскими, реалиями и, в сущности, неверно. Не для этого, т.е. — и для этого тоже, но не главным образом для этого — нужны детские сады.

Самое главное, что даёт ребёнку любой детский сад, — это КОЛЛЕКТИВ СВЕРСТНИКОВ.

Правда, нужно уточнить: то, что в наших садиках нет РАЗНОВОЗРАСТНЫХ групп, это очень плохо. То, что группы или слишком маленькие (в частных садиках: иногда по 5–6 человек), или слишком большие (до 25 детей, в редких случаях — даже больше: в муниципальных, ведомственных и пр., т.п. государственных, садиках) тоже нехорошо. Идеальная группа — 15 детей, причем мальчиков и девочек — примерно поровну.

В маленьком коллективе — слишком небольшое разнообразие характеров и слишком велико влияние взрослых, которых часто почти

столько же, сколько и детей, поэтому они успевают сами решить все вопросы, уладить все конфликты, что очень плохо для социального и личностного развития детей.

В большом коллективе, наоборот, воспитатель часто теряет нити управления и дети во многом предоставлены сами себе, а, как известно, социальное поведение маленьких детей подобно социальному поведению, извините, дикарей.

И все же — при всех минусах — то, что у ребёнка появится СОБСТВЕННЫЙ КОЛЛЕКТИВ СВЕРСТНИКОВ, где ему придётся искать друзей и строить отношения с теми, кто ему неприятен; где нужно найти свою особую роль (тихони или шалуна; ведущего или ведомого), освоить навыки общения, — это чрезвычайно важно.

Да, в наших, российских, садиках эта стихия детского общения нередко слишком стихийна. Но лучше так, чем вообще ничего.

Ребёнок, лишенный общества сверстников до 6–7 лет, рискует во многом остаться асоциальным существом. Так бывает не всегда, но очень часто.

Так что любая мама, которая поняла: детский сад — это выход в большой мир, к настоящему общению со многими, непохожими по характеру, привычкам, воспитанию, людьми; это собственный уникальный опыт вхождения в социум, который обязательно нужен моему малышу, и чем раньше он этот опыт приобретет, тем лучше, — такая мама уже решила половину проблемы: раз она сама твёрдо убеждена в полезности и необходимости детского садика, то и ребёнок будет уверен — если не в том, что это хорошо и приятно, то хотя бы в том, что это неизбежно, что нельзя по-другому.

А раз назад дороги нет, то и приходится идти вперед. А раз есть решимость идти только вперед, то к чему-нибудь обязательно человек придет, что-нибудь найдет хорошее — пусть даже и не в самом лучшем садике.

Вторая проблема — *отделила ли мама ребёнка от себя?* Разумеется, речь идёт о психологическом и духовном — а не физическом — отделении ребёнка. Физическое отделение произошло, когда ребёнок родился, когда перерезали пуповину. Но психологическая «пуповина» может соединять мать и дитя ещё очень долго: иногда — всю жизнь.

Прежде всего, очень важно увидеть в своем малыше — таком крошечном, беспомощном, во всем зависимом от мамы — ОТДЕЛЬ-

НОГО ЧЕЛОВЕКА. Другого, не такого, как вы. Заинтересоваться этим человеком, тем, какой он: его особыми чувствами, его внутренним миром.

Наши дети — не часть нас. «Мой малыш» — это не то же самое, что «моя рука» или «моя машина». К сожалению, на подсознательном уровне женщина может ощущать своё дитя именно как часть себя, хотя и физически отделенную от себя, но все равно не самостоятельную. Причина такого отношения к своему ребёнку — в эмоциональной и человеческой незрелости.

Любить ребёнка и любить себя — разные вещи. Очень часто «любовь» родителей к своему чаду — это всего лишь себялюбие, продолженная на сына или дочь, вынесенная вовне любовь к себе. Себе хочу здоровья, благополучия — и своему ребёнку. Себя оберегаю от опасностей — и ребёнка.

А вот научиться *любить своего ребёнка как другого, отдельного от себя, человека* — бывает непросто. Это задача, которая стоит перед каждым из нас, у кого есть свои дети.

Кстати, только тот, кто научился ТАК любить своё дитя, окончательно перестает сам быть дитем — становится в полном смысле этого слова Взрослым Человеком.

Если же родители — и особенно мать — подсознательно воспринимают своего ребёнка как свою собственность, то их отношение к детскому саду (как и вообще — к социуму: к обществу, государству и всему миру) чисто потребительское. *Моему ребёнку* должно быть хорошо! Причем «хорошо» — обычно в каком-то довольно примитивном смысле (чтобы не было конфликтов, не обижали, правилась еда, чтобы не болел, чтобы хорошо развивали и учили — не более того). Все остальное неважно.

Отсюда поиск садика ПОЛУЧШЕ.

Однако детский садик — не то же самое, что магазин или курорт. Это важная часть жизни вашего ребёнка. И вы не можете предвидеть, пойдет ли он себе настоящего друга в этом садике — или в другом; не можете предвидеть, как сложатся у него отношения с другими детьми и с воспитателями. А суть-то в этом. В **НОВЫХ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ**, которые ждут вашего малыша в садике.

Все же остальное, что мы действительно можем оценить и выбрать заранее (развивающие программы, квалификация педагогических кадров, материальная база и пр., и т. п.), — второстепенно.

*Твои дети — не твои дети.
Они вызваны к жизни зовом,
Который жизнь обращает к самой себе.
Они приходят в мир благодаря тебе —
Но не ты их приводишь.
И хотя они рядом с тобой,
Их души обитают в доме завтрашнего дня.
Который ты не можешь посетить даже в мечтах...*

Это сказал кипрский поэт Халил Гибрал. И он совершенно прав.

Способность ребёнка адаптироваться не только в детском саду — но и вообще в любом социуме — в большой степени зависит от психологической установки его родителей: понимают ли они, признают ли, что этот малыш — отдельное существо, призванное прожить свою особую жизнь, в которой ему самому придется искать себя и свой путь? Или для них это маленькое существо — всё-таки скорее «часть себя», «кусочек себя»?

Наконец, есть ещё третья проблема: *традиции семьи*.

В семье Веры Николаевны многое делается **ВМЕСТЕ**. То есть для Ариши ситуация, когда нужно что-то делать не индивидуально, а коллективно (причем не вместе с кем-то, кого она сама выбрала, а со всеми, кто там есть в данный момент), совершенно обычна, привычна и не вызывает никаких отрицательных эмоций. Более того, Ариша воспринимает такую ситуацию положительно.

Иная же привычка «вариться в собственном соку». Для неё ситуация, когда нужно что-то делать не самой по себе, как ей хочется, а со всеми, крайне необычна и болезненна. А в детском саду постоянно приходится **ВМЕСТЕ** гулять, **ВМЕСТЕ** есть, **ВМЕСТЕ** играть — это коллектив.

Если ребёнка приучают к совместной деятельности, к коллективу буквально с того времени, как он начал ходить и говорить, у него вряд ли будут проблемы в детском саду. Если нет — будут обязательно.

Ещё один момент: степень конфликтности отношений в семье. Возможно, некоторые читатели удивятся, но полная бесконфликтность так же вредна, как и крайняя конфликтность. Все знают, что плохо, когда близкие люди постоянно ссорятся. Однако плохо — и если они не ссорятся совсем.

Потому что в садике ссориться придётся. Это я заявляю авторитетно. Такого садика нет, где не происходит конфликтов вообще. Не существует в природе.

Поэтому приучение малыша к полной бесконфликтности (как это произошло у Терезы Станиславовны с Инпочкой) ведёт к тому, что он в человеческих отношениях становится на редкость ранимым и в то же время беспомощным.

Такой ребёнок мало способен адаптироваться в детском саду, да и в любом социуме.

Итак.

Если вы хотите, чтобы ваш малыш не только ходил в детский садик без истерик, «воплей и соплей», но и потом — в школе и во взрослой жизни — не испытывал особых проблем с социальной адаптацией, постарайтесь:

1. Изначально, когда он ещё совсем кроха, видеть в нём другого человека, отдельного от себя, во многом непохожего на себя, — и именно так к нему относиться.

2. Поощряйте самостоятельность и инициативу малыша, если их проявления не грозят вам или ему (или окружающим) неприятными последствиями.

3. Постепенно приучайте малыша к тому, что отдельные его действия могут кому-то — в том числе маме — не нравиться, что иногда люди бывают недовольны друг другом, причем не только мама и папа могут быть им недовольны, но и он в некоторых случаях может открыто выразить своё недовольство ими, — то есть учите ребёнка вести себя в конфликтных ситуациях.

4. Старайтесь как можно чаще что-то делать совместно с ребёнком, причём лучше даже не вдвоём, а втроем-вчетвером (с мамой, бабушкой и пр.): вместе играть, вместе гулять, вместе убирать квартиру: малышу нужен опыт действия не индивидуального, а в коллективе, ВМЕСТЕ с другими людьми.

5. Никогда не пугайте ребёнка садиком, высказывайтесь о нём при малыше только положительно, а глав-

ное — постарайтесь сами найти в том, что ваш малыш будет ходить в садик, положительные моменты, которые всегда есть.

6. Не упускайте из виду главное: каким бы ни был садик, воспитатели, как бы часто ни болел ребёнок первое время в садике, он получил возможность искать себя в коллективе сверстников, строить с ними отношения, дружить и общаться, — а это самое главное, что даёт любому малышу абсолютно любой детский сад.

Вадим Ильич СЛУЦКИЙ



От встречи с детским садом до поступления в школу
самые надёжные спутники родителей и педагогов

Газета «Детский сад
со всех сторон»
и «Газета для родителей»

Подписка в каждом почтовом отделении



Книжная серия
«Большая энциклопедия маленького мира»

Страницы, объединяющие
больших и маленьких

Сборник. Составитель А. С. Русаков
**АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА
К ДЕТСКОМУ САДУ**
Советы родителям и педагогам



Художник *Н. Ильницкая*



АНО «Агентство образовательного сотрудничества»
ООО «Образовательные проекты»
195196, Санкт-Петербург, ул. Стахановцев, 13а.
Тел./факс: (812) 444-38-62, e-mail: osvita-spb@narod.ru
сайт: www.setilab.ru

Художественный редактор *Д. Матисевич*
Директор *М. Эпштейн*

ООО Издательство «Речь»
199178, Санкт-Петербург, а/я 96, «Издательство „Речь“»
тел. (812) 323-76-70, 323-90-63 sales@rech.spb.ru

Главный редактор *И. Авидон*
Выпускающий редактор *М. Лебедева*
Ответственный секретарь *М. Фомичева*
Корректор *А. Борисенкова*

Генеральный директор *Л. Янковский*

Интернет-магазин: www.rech.spb.ru
Представительство в Москве: тел.: (495) 502-67-07, rech@online.ru

За пределами России вы можете заказать наши книги
в интернет-магазине www.internatura.ru

Издательство «ТЦ Сфера»
Москва, Сельскохозяйственная ул., д. 18, корп. 3
Тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05

По вопросам оптовой закупки книг издательства «ТЦ Сфера»
обращаться по тел.: (495) 656-75-05, 656-72-05
Книги в розницу можно приобрести в Центре образовательной книги
по адресу: Москва, Сельскохозяйственная ул., д. 18, корп. 3
Книги издательства «ТЦ Сфера» можно заказать наложенным платежом
по адресу: 129626, Москва, а/я 40 e-mail: sfera@cnt.ru www.tc-sfera.ru

Подписано в печать 07.04.2010 г.
Формат 60x88/16. Усл. печ. л. 8.
Тираж 2500 экз. Заказ № 1534.

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ООО «Типография Правда 1906».
195299, Санкт-Петербург, Кирилловская ул., 2. Тел.: (812) 531 20-00