

ЛЕКЦИЯ

«Обучение родителей ребенка раннего возраста с нарушениями в развитии формированию адаптационных навыков к условиям детского дошкольного учреждения: программа включения»

ПЛАН

- I. Понятие «Адаптация». Адаптация детей к условиям детского сада.
- II. Адаптация ребенка с нарушением зрения.
- III. Адаптация ребенка с нарушением слуха.
- IV. Адаптация ребенка с РАС.
- V. Адаптация ребенка с НОДА.
- VI. Адаптация ребенка с ЗПР.
- VII. Адаптация ребенка с выраженной ЗПР (интеллектуальными нарушениями).
- VIII. Адаптация ребенка с ТНР.
- IX. Используемая литература, интернет-ресурсы.
- X. Рекомендуемая литература.

I. Понятие «Адаптация».

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс).

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

К сожалению, проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах («Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях» / Под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, А. Атанасовой-Буковой. — М., 1980), было выделено **три фазы адаптационного процесса:**

1) острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

2) подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3—5 месяцев);

3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Различают **три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:**

- **легкая адаптация** — сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

- **адаптация средней тяжести** — сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;

- **тяжелая адаптация** длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду.

Для успешной адаптации ребенка раннего возраста к условиям дошкольного учреждения необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему. Это зависит не только от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе, но и от родителей. Поэтому организация адаптационного периода родителями ребенка начинается задолго до поступления в дошкольное учреждение и возможна при сотрудничестве родителей и педагогов.

С приходом маленького ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения и д.

Все это обрушивается на детей одновременно, создавая для них стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.).

Но, самые значительные трудности в адаптации к детскому дошкольному учреждению испытывают дети, имеющие различные нарушения в развитии.

Начало посещения детского сада требует от такого малыша приспособления к новой социальной среде, налаживания контактов со взрослыми и сверстниками, развития гибкости поведения и адаптивных механизмов. Режим дня, требования и обязанности становятся для ребенка неожиданностью, вгоняя его тем самым в стрессовое состояние.

Отсутствие предварительной подготовки к посещению дошкольного учреждения детей с нарушениями в развитии, может привести к таким невротическим реакциям, как:

- ✓ нарушение эмоционального состояния;
- ✓ ухудшение сна и аппетита;
- ✓ развитие страха перед дошкольным учреждением;
- ✓ повышение заболеваемости;
- ✓ затруднение социальной адаптации детей к дошкольному учреждению.

И конечно, только созданием благоприятной обстановки в дошкольном учреждении полностью решить проблему успешной адаптации очень сложно, а в некоторых случаях практически невозможно. Вследствие дезадаптации ребенок просто перестаёт посещать ДООУ, что, в целом, неблагоприятно сказывается на всем его дальнейшем развитии.

II. Адаптация ребенка с нарушением зрения к условиям детского сада

Нарушения зрения у детей обуславливают особенности их психофизического и личностного развития. Нарушения зрительных функций влекут за собой снижение уменьшение зрительной информации.

Многие представления у детей с патологией зрения формируются на основе описательного содержания. Поэтому хорошая речь у слепого или слабовидящего ребенка еще не является показателем действительно хорошего развития, так как накопление значительного количества слов часто не связано с конкретным содержанием.

Трудности ориентирования в пространстве снижают мобильность и создают проблемы в самостоятельном передвижении. Вследствие этого у детей снижается двигательная активность, они начинают отставать от сверстников в физическом развитии, у многих детей появляются стереотипные навязчивые движения (раскачиваются на стуле, давят на глаза).

Дефицит зрительных впечатлений отрицательно сказывается на формировании таких детей навыков общения. Страдают такие компоненты как мимика, дети затрудняются в зрительном восприятии партнера по общению, понимании эмоций.

Ребенок с нарушением зрения находится в ещё более трудном положении: он плохо видит окружающее пространство, внешний облик людей. Создаются все предпосылки для заболевания: разлука, страх, стресс, срыв адаптации.

Дети с нарушением зрения в коррекционной педагогике подразделяют на следующие категории:

Слепые дети - дети с остротой зрения от 0 до 0,04 на лучше видящий глаз с коррекцией; дети, имеющие сужение полей зрения менее 15-20* от точки фиксации по всем меридианам на лучше видящий глаз при наличии высокой остроты зрения.

Слабовидящие дети - дети с остротой зрения от 0,05 до 0,4 на лучше видящий глаз с коррекцией.

Дети с пониженным зрением- дети с остротой зрения от 0,5 до 0,8 на лучше видящий глаз с коррекцией.

Как родители могут помочь своему ребёнку с нарушением зрения в период адаптации к ДОО:

Дети с пониженным зрением

1. Расширяйте круг общения ребёнка, помогайте ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращайтесь внимание ребёнка на действия и поведение посторонних людей, высказывайте положительное отношение к ним.
2. Помогайте ребёнку разобраться в игрушках: используйте показ, совместные действия, вовлекайте ребёнка в игру.

3. Развивайте подражательность в действиях: «*полетаем, как воробушки*», «*попрыгаем, как зайчики*».
4. Учите обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.
5. Не высказывайте сожаления о том, что приходится отдавать ребёнка в дошкольное учреждение.
6. Обучайте навыкам самообслуживания: самостоятельно одеваться, раздеваться, мыть руки, пользоваться туалетом т.д.
7. До поступления в дошкольное учреждение обеспечьте дома такой же режим дня, как в детском саду (сон, приём пищи, игры).
8. Информируйте о новом месте пребывания (рассказать о детском садике, режиме, о роли воспитателей, понаблюдать с ребёнком, как вечером родители забирают из детского сада детей, формируйте элементарные знания ребёнка о детском саде, акцентируйте его внимание, что скоро он станет большим и будет гулять здесь с другими детьми и воспитателем).
9. Играйте с ребёнком в «детский сад». Создайте пару типичных ситуаций, которые могут возникнуть в детском саду. Распределите роли между мягкими игрушками, подскажите несколько вариантов выхода из трудных ситуаций.

Слабовидящие дети

1. Постоянно рассказывайте ребенку, чем занимаетесь, что происходит вокруг. Употребляйте знакомые слова.
2. Стимулируйте самостоятельность. Давайте возможность самостоятельно отыскивать вещи, упавшие на пол. Говорите где они находятся.
3. Используйте усиленное освещение.

Слепые дети

1. Разговаривайте с ребёнком:

- ✓ Рассказывайте ему кто с ним говорит,
- ✓ Обращаясь к ребенку, называйте его по имени,
- ✓ Говорите с ребенком перед тем, как прикасаетесь к нему рукой (ребенку может быть неприятно, если кто-нибудь неожиданно прикоснется к нему,
- ✓ Предупредите ребенка, если намеренны отойти от него.

2. Описывайте ребенку ближайшую окружающую среду:

- ✓ Давайте возможность ощупывать предметы руками, нюхать, пробовать на вкус, слушать,
- ✓ Объясняйте ребенку, что щупать можно не все, что можно осязать (чтобы ребенок не путал понятия),

- ✓ Употребляйте слова «смотреть» и «видеть».

3. Учите ребенка осязанию:

- ✓ Показывая что-либо, управляйте руками ребенка, накладывая свои руки. Одновременно рассказывайте какого цвета предмет, какова его форма, для чего он служит и как им пользоваться,
- ✓ Приучайте ребенка обследовать предметы систематически, с применением способа «вспомогательной и активной руки» (одна рука, например, держит посуду, а другая отыскивает на столе игрушку и кладет ее в посуду).

III. Адаптация ребенка с нарушением слуха к условиям детского сада

Различают 4 группы таких детей:

- ✓ Глухие дети без речи – обычно это малыши, потерявшие слух в раннем младенчестве;
- ✓ Глухие дети, у которых сохранилась речь – ребенок потерял слух уже после формирования речевых навыков;
- ✓ Слабослышащие детки с развитой речью;
- ✓ Слабослышащие ребята, имеющие серьезное нарушение речи фонематического или иного характера.

Несомненно, что адаптационный период ребенка с нарушением слуха протекает гораздо тяжелее ввиду наличия у него дефекта слуха, чем у обычного ребенка.

Г.Н. Пеннин и Л.В. Кораблева отмечают, что в соответствии с общими закономерностями психического развития личность глухого и слабослышащего ребенка формируется в процессе общения со сверстниками и взрослыми в ходе усвоения социального опыта. Нарушение или полная потеря слуха приводят к трудностям в общении с окружающими, замедляет процесс усвоения информации, обедняет опыт детей и не может не отразиться на формировании их личности. Слышащие дети значительную часть социального опыта усваивают спонтанно, *дети с нарушениями слуха в этом плане ограничены в своих возможностях.*

У ребенка с нарушением слуха существуют значительные препятствия в восприятии окружающего мира, в овладении рядом мыслительных операций, в развитии отдельных свойств внимания и памяти. Наконец прямым и самым явным следствием нарушения слуха является ограничение речевого развития. А речь - это регулятор эмоций, воли, мышления. Она выполняет функцию передачи информации и общения.

Для любого ребенка, в том числе и с нарушением слуха, в процессе адаптации к детскому саду, важно установить контакт со сверстниками. В.Н. Белкина и Н.Н. Васильева отмечают, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, так как она пока не сформирована. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка партнером по игре, образцом для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого не дадут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому ребенок не способен быстро адаптироваться к новым условиям, так как сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурную реакцию протеста ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Следовательно, ребенка, а в особенности имеющего нарушения слуха, следует готовить к посещению детского сада **заранее**. Неверно предполагать, что, приведя в детский сад, его тут же всему научат. Подготовленным детям адаптироваться легче и быстрее.

Как родители могут помочь своему ребёнку с нарушением слуха в период адаптации к ДОУ:

1. Формируйте и обогащайте предметную и игровую деятельность которая влияет на все стороны развития ребенка с нарушением слуха.
2. Воспитывайте и обучайте ребенка дома в течение всего дня: в процессе режимных моментов (гигиенических процедур, еды, прогулок), игр, свободной деятельности.
3. *Предоставьте доступ звуковой информации (качественное слухопротезирование при необходимости);*
4. *Используйте следующие приемы:*
 - ✓ *в общении с ребенком используйте «нормальную» речь (голос нормальной высоты и громкости). Она должна быть эмоционально окрашенной и сопровождаться естественными мимикой лица и жестами. Речь должна сопровождать все ситуации ухода за ребенком, например, кормление, купание. Речь не должна быть очень многословной: необходимо использовать в одинаковых ситуациях одни и те же выражения.*
 - ✓ *ребенок должен всегда хорошо видеть лицо взрослого, нужно привлекать его внимание к движениям губ.*
 - ✓ *если у ребенка есть слуховые аппараты, необходимо общаться с ним на расстоянии до 1 м — так ребенок будет воспринимать речь на слухозрительной основе.*
 - ✓ *иногда, чтобы уточнить звучание слова, например, название игрушки, целесообразно произнести его несколько раз, а также предъявить на слух, закрыв лицо рукой либо произнеся слово сзади или сбоку, чтобы ребенок не видел губы.*

- ✓ *в процессе общения с ребенком дома, на улице (в дальнейшем в детском саду) надо привлекать его внимание к звучащим предметам, повторять звукоподражания, называть звучащие объекты (ложка упала: бах; собачка лает: ав-ав-ав; пылесос гудит: у-у-у). При попытках ребенка воспроизвести слова или звуки взрослый поддерживает их, повторяет, одобряет действия ребенка, радуется вместе с ним.*
- 5. *Проводите специальные совместные действия. Основопологающим звеном познавательной сферы являются ощущения. Все что мы видим, слышим, обоняем, осязаем - это и есть ощущения. Из них складывается образ мира. Чем богаче ощущения, тем прочнее фундамент для последующих надстроек познавательных процессов. Для того чтобы помочь ребенку с нарушением слуха сформировать этот фундамент целесообразно организовывать следующие действия:*
 - ✓ *в раннем возрасте родители должны больше носить ребенка на руках, распевая песенки. Это будет способствовать обогащению вибрационных ощущений, которые являются проводником к развитию слуховых ощущений.*
 - ✓ *демонстрировать малышу яркие разноцветные иллюстрации, давать прослушивать музыку, разнообразить вкусовые ощущения.*
 - ✓ *Не запрещайте ребенку исследовать предметы: кусать их, ощупывать, постукивать ими, бросать. Это не шалости и не бездумные действия, а кропотливая работа по извлечению всевозможных ощущений. Постепенно ощущения объединяются, связываются между собой, т.е. у ребенка складывается целостные представления об окружающем мире – восприятие (полисенсорное)*
- 6. *Развивайте слуховое восприятие музыки. Слушайте классическую музыку, играйте на музыкальных инструментах. Таким образом, у ребенка развивается слуховое восприятие элементов музыки, т.е. ему становятся доступными достаточно тонкие слуховые дифференцировки при восприятии звуковысотных, темпоритмических, динамических элементов музыки, у него расширяется диапазон воспринимаемых частот.*
- 7. *Побуждайте имитировать различные чувства людей, животных и др., передавая их не только голосом, но и мимикой лица, телодвижениями, естественными жестами. Такие упражнения проводите ежедневно. В ходе этих упражнений учите обыгрывать повадки различных животных, характерные черты людей, передавать эмоциональные состояния (например, маму-кошку, шаловливого котенка, злую большую собаку, ласкового маленького щенка, дедушку, удивленную маму и т.п.*

IV. Адаптация ребенка с расстройством аутистического спектра (РАС) к условиям детского сада

У детей с РАС присутствует боязнь, страх любых изменений окружения и среды. Подобные реакции возникают на смену одежды, на новую пищу, на присутствие незнакомого человека, на перестановку мебели, смену места для сна.

У детей грубо нарушено социальное развитие. Они избегают прямого зрительного контакта. Обычно стремятся уйти от контакта с окружающими людьми, переносят лишь малые дозы прикосновений, поглаживаний, отказываются от коллективной игры. Предпочитают индивидуальную игру в уединении.

В отличие от обычных сверстников, дети с расстройствами аутистического спектра надолго «застревают» на этапе изучения предметного мира. Именно стремлением извлекать из окружающего разнообразные сенсорные эффекты объясняется активный интерес аутичного ребенка к предметам: ему нравится трогать, вертеть, подбрасывать, ронять на пол, нюхать, пробовать на вкус. Но вот действовать с предметами в соответствии с функциональным назначением, ребенок отказывается, так как **социальное** назначение предмета для него менее важно, чем его отдельное сенсорное свойство.

Как родители могут помочь своему ребёнку с РАС в период адаптации к ДОУ:

1. До поступления в детский сад формируйте у ребенка умение наблюдать за игровыми действиями взрослого.
 2. Развивайте интерес к выполнению игровых действий по подражанию взрослым.
 3. Побуждайте ребенка обыгрывать разные игрушки.
 4. Воспитывайте эмоциональное отношение к игре или игрушке.
 5. Воспитывайте интерес к подвижным играм.
 6. Учите играть рядом и не мешать друг другу.
 7. Работайте над установлением контакта с ребенком с учетом следующих рекомендаций:
- ✓ садитесь напротив ребенка, чтобы он мог без труда установить с вами зрительный контакт, видеть ваши глаза, рот, выражение лица, понимать, что вы делаете и копировать ваши действия.
 - ✓ обращайтесь к ребенку, говоря просто и ясно. Говорите так, чтобы ребенку было легко вас понять.
 - ✓ речь должна укладываться в рамки понимания ребенка и в тоже время чуть-чуть выходить за них. Например, если ребенок говорит односложно, использовать фразы из двух слов и побуждайте его вам

подражать. Адаптируйте свою речь по мере развития возможностей ребенка.

- ✓ при каждой возможности многократно повторяйте одни и те же простые слова и фразы.
- ✓ меняйте тембр голоса, высокие звуки дети воспринимают лучше, чем низкие.
- ✓ используйте различные интонации, чтобы удержать внимание ребенка.
- ✓ отвечайте на любое обращенное к вам «высказывание» ребенка, будь то слово, жест или улыбка. Давайте ребенку понять, что коммуникация всегда действенна.
- ✓ хвалите и поощряйте. Это поможет закрепить успех и повысить уверенность ребенка.

8. Организуйте пространство. Пространство должно характеризоваться привлекательностью, упорядоченностью и функциональностью.

Оформленное помещение должно быть для него привлекательным. У ребенка должны быть его любимые игрушки, предметы. При организации пространства должны использоваться дополнительные визуальные средства, в т. ч. фотографии, информационные таблички, пиктограммы, иллюстрации правил поведения.

Примеры ориентировочных подсказок для решения проблем при усвоении распорядка дня и режимных моментов:

- ✓ Используйте маленькие фотографии ребенка или привлекательные цвета для обозначения вещей, которыми он пользуется дома, а потом может использовать и в группе детского сада (стула, стола, шкафчика, крючка для полотенца и т. д.).
- ✓ Размещайте на стене перед входом домой стенд с фотографиями мамы, папы, брата, сестры, в дальнейшем воспитателей и детей, посещающих группу.
- ✓ Размещайте на дверях в квартире фотографии, картинки с рисунками (горшок, еда и т. п). Обозначение определенных помещений при помощи информационных табличек. Например, на двери дома (раздевалки в детском саду) может быть повешена пиктограмма с изображением одевающегося / раздевающегося человека, на двери спальни — пиктограмма со спящим человеком, на двери туалета — ребенок, сидящий на горшке, в игровой зоне — пиктограмма с изображением ребенка, строящего башню из кубиков, и т. д. *Такие пиктограммы дают ребёнку возможность не только сориентироваться в окружающем мире, но и напоминают, какие социальные действия можно осуществлять в конкретном помещении / зоне. Они являются сигналом для выполнения определенных социальных действий.*

9. Организуйте время. В качестве коммуникативных подсказок используйте таблички с рисунками, которые размещаются в соответствующих местах. Примеры коммуникативных табличек:

табличка «ПОМОГИ» — в рабочей зоне ребёнка;

табличка «ДАЙ ПИТЬ» — на бутылке с водой;

табличка «ОТКРОЙ ДВЕРЬ» — на входной двери;

табличка «ДАВАЙ ИГРАТЬ» — в игровой зоне;

табличка «ОДЕВАТЬСЯ» — на двери шкафчика для одежды и т. д.

10. Организуйте социальное окружение. В качестве социально-поведенческих подсказок используйте:

- ✓ иллюстрированные списки правил поведения. Правила поведения иллюстрируются при помощи наглядных изображений тех действий, которые можно и нельзя делать дома (в детском саду).
- ✓ серии картинок, иллюстрирующие алгоритм социальных действий. Например, на стене напротив унитаза может быть размещена серия рисунков: ребенок снимает штаны, ребенок сидит на унитазе, ребенок отрывает бумагу, ребенок вытирает попу, ребенок надевает штаны, ребенок моет руки. В раздевалке могут быть размещены следующие последовательные картинки: мальчик надевает ботинки, мальчик надевает куртку, мальчик надевает кепку, мальчик выходит на улицу.

При организации пространства для детей с РАС является наличие в нем средств коммуникации, в т. ч. коммуникативной доски, коммуникативного альбома, которые позволяют ребёнку и окружающим его людям общаться.

Коммуникативная доска и коммуникативный альбом включают:

- ✓ фотографии близких людей;
- ✓ фотографии и пиктограммы с изображением любимых видов деятельности ребенка;
- ✓ фотографии, пиктограммы, связанные с удовлетворением физиологических потребностей ребенка (вода, еда, туалет);
- ✓ фотографии, пиктограммы с изображением эмоций ребенка;
- ✓ пиктограммы, иллюстрирующие базовые коммуникативные функции (в т. ч. просьбу о помощи, приветствие, отказ, согласие и т. д.).

Правила поведения для родителей

1. Исходите из интересов ребенка.
2. Строго придерживайтесь определенного режима и ритма жизни ребенка.
3. Соблюдайте ежедневные ритуалы (они обеспечивают безопасность ребенка).
4. Научитесь улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы ребенка, свидетельствующие о его дискомфорте.
5. Как можно чаще разговаривайте с ребенком.
6. Обеспечьте комфортную обстановку для общения и обучения.
7. Терпеливо объясняйте ребенку смысл его деятельности, используйте четкую наглядную информацию (пиктограммы, карты и т. п.).
8. Избегайте переутомления ребенка.

V. Адаптация ребенка с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА) к условиям детского сада

Успешность адаптации детей во многом определяется состоянием здоровья. Для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) характерны признаки: частые заболевания, задержка функционального созревания, ослабленное состояние нервной системы. Все это может являться причиной тяжелого протекания адаптации в детском дошкольном учреждении, что может выражаться в неадекватном поведении: чрезмерном возбуждении, агрессии или, наоборот, заторможенности, апатии.

Как родители могут помочь своему ребёнку с НОДА в период адаптации к ДОУ:

- ✓ Учите соблюдать личную гигиену (умываться, причесываться, чистить зубы);
- ✓ Учите одеваться и раздеваться;
- ✓ Учите самостоятельно кушать: подносить пищу ко рту, жевать, глотать, пользоваться посудой и столовыми приборами.
- ✓ Учите пользоваться бытовыми приборами (кранами, выключателями и другими).
- ✓ Развивайте у ребенка навыки самостоятельного передвижения - способность самостоятельно перемещаться в пространстве, преодолевать препятствия, сохранять равновесие тела.
- ✓ Развивайте (по возможности) способность к самостоятельной ходьбе по ровной местности, по лестнице, ходить по наклонной плоскости. Обучайте изменять положение своего тела (вставать, садиться,

ложиться, опускаться на колени и подниматься, перемещаться на коленях, ползать).

- ✓ Помогайте ребёнку разобраться в игрушках: используйте показ, совместные действия, вовлекайте ребёнка в игру.
- ✓ Развивайте подражательность в действиях: «Посмотри, как Мишка здороваётся».
- ✓ Учите обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.
- ✓ Учите ходить ребенка босым по неровной поверхности (по траве, орто-коврику).
- ✓ Соблюдайте режим ношения обуви (с твердым задником, каблуком, гибкой подошвой).
- ✓ Проводите ежедневную зарядку для стоп.
- ✓ Делайте уклон на стретчинг (растягивание) икроножных мышц: с прямым коленом тяните стопу на себя (при ДЦП по рекомендации детского ортопеда).

VI. Адаптация ребенка с ЗПР к условиям детского сада

Самостоятельные действия детей с ЗПР с игрушками стереотипны, но преимущественно адекватны, а дети с легкой умственной отсталостью действуют с игрушками без учета их функционального назначения. Выполняя какие-либо действия, контактируя друг с другом, играя, дети, как правило, действуют молча. Они не сопровождают свои действия речью или иногда произносят отдельные слова фиксирующего характера в связи с выполняемыми действиями.

Как родители могут помочь своему ребёнку с ЗПР в период адаптации к ДОУ:

1. Перед началом посещения детского сада начинайте вводить элементы режима, которые используются в детском саду.
2. Чаще гуляйте с ребёнком на детских площадках. Играйте в песочнице. Давайте возможность ребёнку взаимодействовать с другими детьми. Внимательно наблюдайте за тем, как ребёнок себя ведёт с другими людьми. Отмечайте, что вызывает затруднения. Все эти затруднения обыгрывайте с помощью сказок и спектаклей с игрушками.
3. Помогайте вашему ребёнку освоить навыки самообслуживания: мытьё рук, одевание, еда и т.д.
4. Поощряйте самостоятельность ребёнка.
5. Познакомьте с воспитателем заранее. Расскажите ему о своём ребёнке. Ребёнку будет проще остаться в детском саду, когда он увидит, что вы с воспитателем подружились.

6. Периодически в присутствии ребёнка с гордостью рассказывайте своим знакомым о том, что ваш ребёнок уже такой взрослый, что скоро пойдёт в детский сад. Как там будет здорово! Избегайте разговоров о том, как будет трудно приучить ребёнка к садику. Дети очень быстро улавливают такие разговоры.
7. Рассказывайте ребёнку о том, кто такая воспитательница и зачем она нужна. Это необходимо для того, чтобы ребёнок не подумал, что вы его бросили и отдали «другой тёте».
8. Поощряйте дружбу вашего ребёнка с другими детьми.
9. Приучайте ребёнка к горшку до поступления в детское учреждение. Обучайте вашего ребёнка предупреждать заранее о том, что он хочет в туалет.
10. Учите использовать «ритуалы приветствия и прощания». Например, помахать на прощание рукой или провожание уходящей мамы до двери. Так же можно сделать малыша помощником в маминых сборах: «А где моя сумка? Помоги мне её найти». Наличие подобных ритуалов сделает уход мамы интересным процессом для ребёнка, а значит и расстройств от временного расставания будет меньше.
11. Приучайте ребёнка брать с собой на улицу те игрушки, которыми он готов поделиться с другими детьми.
12. Помогайте ребёнку, если он вам даёт понять, что ему нужна ваша помощь. Дети во время игр на детской площадке нередко попадают в конфликтные ситуации. Не торопитесь в них вмешиваться. Дайте возможность вашему ребёнку попробовать разрешить конфликт самостоятельно. В любом случае он получит полезный опыт общения.

VII. Адаптация ребенка с выраженной ЗПР (интеллектуальными нарушениями) к условиям детского сада

Дети с выраженной ЗПР существенно отстают в развитии от нормально развивающихся сверстников. Они, как правило, позже начинают ходить, говорить, в более поздние сроки овладевают навыками самообслуживания. Эти дети неловки, физически слабы, часто болеют. Они мало интересуются окружающим: не исследуют предметы, не стремятся узнать о них у взрослых, равнодушны к процессам и явлениям, происходящим в природе и социальной жизни. Такие дети с трудом понимают вопросы собеседника. Дети раннего возраста с проблемами в интеллектуальном развитии не проявляют интерес к игрушкам или на короткое время его привлекает их внешний вид, а не возможность действовать с ними. Для этих детей характерным является многократное, стереотипное повторение одних и тех же действий, обычно не сопровождающееся эмоциональными реакциями.

Основная работа по подготовке ребенка проводится дома, и главная роль в этом принадлежит родителям. Надо создать такие условия, которые по возможности были бы приближены к условиям детского учреждения.

Необходимо с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, разумно одевать в соответствии с сезоном и температурой воздуха.

Родители должны быть готовы к тому, что этот период будет не прост и потребует много затрат времени, терпения и внимания к ребёнку.

Как родители могут помочь своему ребёнку с выраженной ЗПР в период адаптации к ДОУ:

1. Строго соблюдайте режим дня, так как в детском учреждении правильный возрастной режим является неперемным условием оздоровительно-воспитательной работы. Значит, и дома ребенок должен спать днем в те часы, которые по режиму предусмотрены для дневного сна. Соответственно соблюдаются часы кормления и бодрствования. Так как в дошкольном учреждении в определенные часы предусмотрена прогулка детей, и родители должны приучать ребенка гулять в то же время, в те же часы укладывать малыша на ночной сон (дети с грубой ЗПР склонны к стереотипному поведению).
2. Проводите воздушные ванны, обтирания и обливания (если нет противопоказаний врача). Взять за правило в любую погоду (кроме сильных морозов и проливных дождей) по несколько часов гулять с ребенком. Все это будет способствовать укреплению здоровья, предохранит от простудных заболеваний, снизит их вероятность в адаптационный период.
3. Формируйте навыки самостоятельности при одевании и раздевании (каждый день).
4. Формируйте элементарные культурно-гигиенические навыки. Учите ребенка кушать самостоятельно, пить из чашки, пользоваться салфеткой.
5. Постепенно приучайте засыпать самостоятельно. Если ребенок приучен засыпать при укачивании с соской, надо еще до поступления в детский сад отучить его от этого.
6. Учите ребенка пользоваться горшком.
7. Развивайте умение слушать, при возможности отвечать на вопросы и задавать их, выполнять поручения, рассказывать об увиденном в доступной ему форме (показ, жестами, мимикой и др.). Ребенок, который понимает объяснения взрослого, и сам может с помощью речи выразить свои желания, вступить в контакт с воспитателями и детьми, чувствует себя лучше, легче адаптируется, чем ребенок, не владеющий речью. И если ребенок слабо владеет речью (или она отсутствует), это не должно стать препятствием для поступления в детский сад.
8. Побуждайте ребенка к контактам со сверстниками.

VIII. Адаптация ребенка с ТНР к условиям детского сада

С приходом в детский сад ребенок с ТНР попадает в новые социальные условия. Меняется привычный образ жизни, возникают новые отношения с людьми, возрастает нагрузка на ребенка, он вынужден жить по правилам дошкольного учреждения, часто делать не то, что ему хочется, а то, что делает вся группа. Смена обстановки провоцирует:

- ✓ *Эмоциональное потрясение.* Как правило, в первые дни посещения детского сада негативные эмоции занимают лидирующую позицию. Зачастую ребенок много плачет: просто хнычет, либо у него отмечается приступообразный плач, плач «за компанию» с другими детьми. И еще хуже, если ребенок замыкается в себе, никак не выражая отрицательных эмоций.
- Затруднённые социальные контакты.* Как правило, в первое время после начала посещения детского сада даже самые бойкие и общительные дети могут становиться весьма замкнутыми и нелюдимыми.
- ✓ *Снижение естественной познавательной активности.* Ребенок на некоторое время может перестать интересоваться окружающим миром, предпочитая занять наблюдательную позицию.
- ✓ *Утрачивание детьми в первые дни пребывания в детском саду уже имеющихся у них навыков самообслуживания:* умения пользоваться ложкой, самостоятельно одеваться и прочее.
- ✓ *Нарушение нормальной двигательной активности у ребёнка.* Некоторые дети по несколько часов замирают в одной и той же позе, другие, напротив, ни минуты не могут посидеть спокойно – всё зависит от темперамента каждого малыша.
- ✓ *Нарушение сна.* Как правило, первые недели ребенок может испытывать затруднение с засыпанием как днём, так и ночью. Кроме того, возможен беспокойный сон, появление кошмаров.
- ✓ *Снижение аппетита.* Очень многие дети в первые дни посещения детского садика очень плохо кушают. Этому есть два варианта объяснения: непривычная для малыша пища и стрессовая ситуация, которая сама по себе подавляет аппетит.
- ✓ *Появление вредных привычек невротического характера.* Манипуляции с собственным телом снижают у детей эмоциональное напряжение, успокаивают. В наиболее тяжелых случаях у ребенка формируется комплекс неполноценности, который сковывает его поведение и серьезно препятствует исправлению речевого дефекта.
- ✓ *Снижение иммунитета.* Некоторые дети в адаптационный период начинают болеть чаще, чем обычно.

Для прохождения успешной адаптации детей с ТНР можно использовать – игровые методы. В работе с такими детьми, рекомендуются наглядные методы с поэтапным характером обучения и выполнения заданий. Так как

ребенок словесно не умеет комментировать свои действия и не всегда понимает общую смысловую инструкцию, поэтому взрослый на каждом этапе должен пояснять действия:

I Этап - действия сопровождаются словом.

II Этап - ребенок уже имеет представление о происходящем через показанное действие и результат; совместные действия ребенка и взрослого.

III Этап - ребенок действует самостоятельно (иногда прибегает к помощи взрослого); пояснения взрослого становятся более развернутыми.

IV Этап - ребенок действует сам (без помощи взрослого); взрослый дает полное, доступное пониманию ребенка комментирующее описание всего, что ребенок делает, побуждая его вступить в речевое общение.

При правильном понимании и отношении родителей к речевому дефекту ребёнка, при их активном участии, специалисты гораздо быстрее добиваются таких долгожданных слов, фраз, предложений из уст малыша.

Как родители могут помочь своему ребёнку с ТНР в период адаптации к ДОО:

При подготовке в дошкольное учреждение ребенка с ТНР родители должны учитывать следующие моменты:

- ✓ Чаще гуляйте с ребенком на детской площадке, старайтесь не вмешиваться в любой конфликт, дайте ребенку возможность поучиться самому найти выход из ситуации.
- ✓ Один раз в неделю меняйте с ребенком место для прогулок – это может быть соседский двор, парк, зоопарк, центр города, просто проехать 2 остановки на транспорте, а обратно вернуться пешком или наоборот и т.д.
- ✓ Превращайте прогулки ребёнка в увлекательные путешествия, эмоционально рассказывайте ему о происходящем на улице, просите показать различные предметы.
- ✓ Ходите с ребенком в гости и приглашайте гостей к себе, учите ребенка с детьми разного возраста общаться, вместе играть, давать играть свои игрушки, просить чужие и т.п. – показывайте, как это надо делать.
- ✓ Играйте с ребенком дома в детский сад, начиная от бытовых процессов (кормление, одевание, сон). Роль ребенка может выполнять сам ребенок или какая-нибудь игрушка. «Вот как Саша аккуратно кушает, как ребятки в детском саду», «Все ребятки спать легли в свои кровати и Танечка тоже спать ляжет в свою кроватку».
- ✓ заранее начинать осваивать территорию ДОО, приходить на утренние и вечерние прогулки (что также поможет вам и ребенку привыкнуть к режиму детского сада), познакомиться с воспитателями, играть с детьми, запоминать их имена, чтобы потом напоминать их ребенку.

- ✓ Посетите психолога детского сада, проконсультируйтесь с медицинской сестрой или врачом, т.е. получите как можно больше разнообразной информации о том месте, где ваш ребенок будет проводить большую часть времени.
- ✓ Учите ребёнка ориентироваться в собственном теле. Стоя вместе с ним перед зеркалом, показывать и называть «Вверху у нас голова, а внизу стопы; Вот правая рука (нога, ухо, глаз), вот левая» и т. д. (в дальнейшем это будет необходимо для овладения чтением, письмом, математическими операциями, когда ребёнок пойдёт в школу).
- ✓ Учите соблюдать режима дня, распорядок дня.
- ✓ Установите рамки дозволенного поведения, моделируйте ситуации успеха.
- ✓ Не допускайте переутомления ребенка.
- ✓ Сглаживайте и не провоцируйте возможные вспышки агрессии, давайте ребенку выплёскивать накопившуюся энергию через игровые ситуации.
- ✓ *Формируйте звуковую культуру речи у ребёнка («Как шумит ветер?», «Как шипит змея?», «Как лает собачка» и т.д.).*
- ✓ *Если у ребенка отсутствует речевая активность, то в повседневной жизни, озвучивайте как можно больше действий ребёнка и своих («Одеваем на правую ножку, носочек», «Я беру сок, наливаю его в стакан» и т. д.). Речь взрослого должна быть правильной, эталонной, фразы не сложные, простые, доступные, но отражающие значение предметов, свойств, действий.*
- ✓ *Стимулируйте использование ребенком доступных вербальных средств общения при выполнении бытовых, режимных моментов и при возможности не торопитесь выполнять просьбу ребенка, если она высказана жестами, мимикой (попросите озвучить).*

IX. Используемая литература, интернет-источники

1. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста в условиях ДОО. – Воронеж: «Учитель», 2013.
2. Грахова И.В. Адаптация детей с нарушениями зрения к условиям детского сада [электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://nmcsova.ru/konf/sdo-3/semja/grahova-iv-adaptaciya-detey-s-narusheniyami-zreniya-k-usloviyam-detskogo-sada-rt-g>
3. Калинина Р. Ребенок пошел в детский сад... К проблеме адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении // Дошкольное воспитание, 1998 № 4.
4. Лодейщикова И. Социальная адаптация детей с аутизмом [электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.maam.ru/detskijasad/socialnaja-adaptacija-detei-s-autizmom.html>

5. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. «Аутичный ребенок. Пути помощи»: Теревинф; Москва; 2007.
6. Новикова О.О., Шматко Н.Д. Речевая ритмика для малышей занятия с глухими и слабослышащими детьми 2-3 лет // Методическое пособие для педагогов и родителей. – Москва: «Советский спорт». 2003.
7. Нищева Н.В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи». – СПб., 2005.
8. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению - М.: Книголюб, 2003.
9. Смирнова Е.О., Галигузова Л. Н., Ермолова Т. В., Мещерякова С. Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет — М.: АНО «ПЭБ», 2007.
10. Фильчикова Л.И., Бернадская М.Э., Парамей О.В. Нарушения зрения у детей раннего возраста- М.: ИКП РАО, 2007.
11. Янина Л.Н. Условия успешной адаптации детей с НОДА средствами музыки [электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/11/16/usloviya-uspeshnoy-adaptatsii-detey-s-noda-sredstvami-muzyki>
12. Интернет- источник [электронный ресурс]. - Режим доступа: https://studbooks.net/2591145/pedagogika/protsess_adaptatsii_detey_narusheniyami_sluha_detskomu_sadu
13. Интернет- источник [электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://xn----ftbbepbfgn3abivfi0d.xn--p1ai/adaptatsija-k-detskomu-sadu/>

Х. Рекомендуемая литература

1. Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. — М.: Медицина, 1997.
2. Адеева Н. Н. Привязанность ребенка к матери и образ себя в раннем детстве // Вопросы психологии. – 1997. – №4.
3. Баркан А.И. Его величество ребенок, какой он есть. – М.: АО «Столетие», 1996.
4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста в условиях ДОУ. – Воронеж: «Учитель», 2013.
5. Ватутина Н.Д. «Ребенок поступает в детский сад». – М.: Просвещение, 1983.
6. Давыдова О. И. Адаптационные группы в ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005.
7. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. – СПб.: Союз, 1997.
8. Калинина Р. «Ребенок пошел в детский сад. К проблеме адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении // Дошкольное воспитание, 1998, №4.
9. Кравцов Г.Г. Психологические проблемы дошкольного образования. – М.: Издательство «Сфера», 2012.

10. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ. – М.: Айрис–Пресс, 2005.
11. Коган. В. «Аутята. Родителям об аутизме».
12. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. «Аутичный ребенок. Пути помощи»:Теревинф; Москва; 2007.
13. Нищева Н.В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи». – СПб., 2005г.
14. Макшенцева Л. В. Преодоление дезадаптации младших дошкольников в детском саду //Психолог в детском саду. –2004. –№1.
15. Прокофьева Е.Ю. Что нужно знать родителям о зрении ребенка. – Архангельск: «Север», 2012.
16. Лялина И.В. «Адаптация детей при поступлении в детский сад.». – Волгоград: Учитель, 2001
17. Роньжина А.С. «Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб, 2003.
18. Фильчикова Л.И., Бернадская М.Э., Парамей О.В. Нарушения зрения у детей раннего возраста- М.: ИКП РАО, 2007.
19. Чернецкая Л.В. «Психологические игры и тренинги в детском саду». – Ростов-на-Дону., 2005.
20. Сертакова Н.М. «Игра как средство социальной адаптации дошкольников: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: ООО «Изд-во «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009.