**Особенности адаптаций детей раннего возраста к условиям детского сада**

Адаптация — приспособление ор­ганизма к изменяющимся внешним условиям. Адаптация является ак­тивным процессом, приводящим или к позитивным результатам (приспо­соблению, т. е. совокупности всех по­лезных изменений организма и пси­хики), или к негативным (стрессу)

Различают три степени фазы адап­тационного периода: легкая адапта­ция, адаптация средней тяжести, тя­желая адаптация. Совместно с се­мьей необходимо в детском саду создать такие условия, которые привели бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению ребенка к новым условиям. Психологи выделяют два основных критерия успешной адап­тации:

* внутренний комфорт
* эмоцио­нальная удовлетворенность;



Ранний возраст — период форми­рования навыков самостоятельности. Выполнение действий без помощи взрослого рано начинает доставлять малышу удовольствие.

Потребность малыша в проявлении активности реализуется через самосознание и формирование «я-концепции». Это самосознание следует, насколько возмож­но, всячески поддерживать. Воспитатели детского сада чаще сталки­ваются с отсутствием основ самосто­ятельности, что во многом усложняет процесс адаптации ребенка к детско­му саду, снижает уровень приспосо­бления к новым для ребенка услови­ям.



Неуравновешенность нервных процессов и частая смена эмоционального состояния у детей ран­него возраста являются причина­ми неустойчивого поведения ребен­ка.

В раннем возрасте малыш еще не может быстро, произвольно пе­реключаться с одного вида деятель­ности на другой, и поэтому резкий срыв — требование немедленно пре­кратить игру — ему непосильно, вы­зывает резкий протест. Если взрослый делает это постепенно — внача­ле предлагает закончить игру, поло­жить игрушки на место, затем дает установку на новый вид деятельно­сти: «Сейчас пойдем умываться, ты мне поможешь поставить тарелки на стол?» — ребенок охотно принимает предложение взрослого.



В период адаптации следует учитывать не только возрастные, но и индивидуальные особен­ности ребенка.

У детей с разным ти­пом высшей нервной деятельности предел работоспособности неодина­ков: одни утомляются быстрее, им показано более раннее укладывание спать; другие -- подвижны, активны, сами вступают в контакт с окружающими.

Детям раннего возраста трудно приспособиться к многочисленным изменениям, поэтому в период при­выкания ребенка к условиям детско­го сада необходимо поддерживать их привычки.

 Перед сном малыша мож­но покачать, предложить взять с со­бой любимую игрушку, рассказать сказку и т. п. Серьезной проблемой в период адаптации является орга­низация процесса питания.

Орга­низация питания в детском саду су­щественно отличается от домашних условий, привычных для ребенка: наименованием блюд (овощное ра­гу, рыбное суфле, печеночные ола­дьи и др.), объемом, продолжитель­ностью, методами и приемами.

Если у ребенка не сформированы навыки самостоятельности в еде, то воспитатель использует показ с объясне­нием, поощрение, пример сверстни­ка, игровые приемы, «докармливает» малыша и др. Не следует кормить ре­бенка силой, заставлять полностью съедать непривычную пищу.

Целесо­образно использовать принцип по­степенности, индивидуальности, соз­давать условия, способствующие воз­никновению аппетита.



Не­обходимо удовлетворять потребность детей в эмоциональном контакте со взрослым. Ласковое общение с ре­бенком, использование «домашнего» имени, периодическое пребывание малыша на руках воспитателя дают ему чувство защищенности, помога­ют быстрее адаптироваться.

 Все про­цедуры, вызывающие отрицательные эмоции, в том числе и закаливание, в период адаптации проводить не ре­комендуется.



Анализ работы с детьми ранне­го возраста в адаптационный пери­од показывает, что по мере привыка­ния к новым условиям у детей сна­чала восстанавливается аппетит, за­тем нормализуется сон — таким об­разом,

в течение двух-трех месяцев поведение малыша становится бо­лее уравновешенным.

 Нередко при­чиной эмоциональных срывов явля­ется эмоционально нестабильное по­ведение других детей группы (воз­ня, плач, капризы, упрямство и др.).

Воспитатели создают бла­гоприятный микроклимат в группе, внимательно наблюдая за настрое­нием, эмоциональным состоянием и поведением всех малышей.



Одной из причин неуравновешен­ного поведения детей в период адап­тации является неправильная орга­низация детской деятельности: когда не удовлетворяется двигательная ак­тивность, ребенок испытывает дефи­цит в общении со взрослыми.

Срывы в поведении могут происходить и в результате того, что своевремен­но не удовлетворены органические потребности — неудобства в одеж­де, ребенок голоден, не выспал­ся.

Поэтому режим дня, тщатель­ный гигиенический уход, методиче­ски правильное проведение всех ре­жимных процессов, являются залогом формирова­ния правильного поведения ребен­ка, создания у него уравновешенно­го настроения.

Лучший способ отвлечь малы­ша от грустных мыслей — занять его различными видами деятель­ности. В группе следует организо­вать «уголок », создать усло­вия для строительных, сюжетно-отобразительных игр, рисования и леп­ки.

Сгладить адаптационный пери­од помогут' подвижные игры и игры- упражнения, которые необходимо проводить несколько раз в день. Родителям дома следует создавать условия для самостоятельных упражнений и игр детей, предложив малышам каталки, машинки, мячи и др.

Если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, мож­но предложить почитать им сказ­ку, рассмотреть иллюстрации в кни­ге или поиграть в спокойные игрыс игрушками, строительным мате­риалом. Игры с песком и водой, ор­ганизованные родителями на даче, около дома в песочнице, благоприятно дей­ствуют на эмоциональное состоя­ние детей.

Эти игры имеют боль­шие развивающие возможности, но в период адаптации главным явля­ется их успокаивающее и расслабля­ющее действие.



Анализ работы с детьми второго- третьего года жизни показывает, что уже в раннем возрасте наибольшее значение в период адаптации имеет уровень развития механизмов соци­ализации,

что проявляется в умении устанавливать взаимодействие со взрослым и сверстниками.

 В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые де­ти, чувствующие себя некомфортно в группе. Игры должны быть направ­лены не только на то, чтобы подбод­рить робкого и развеселить плачуще­го, но и успокоить слишком шалов­ливого, переключить внимание и по­мочь расслабиться рассерженному, агрессивному ребенку.



Администрация и сотрудники до­школьного учреждения пра­вильно организовывают период адап­тации детей. Составление гибкого графика поступления детей в груп­пу станет благоприятным условием для успешной адаптации малы­шей.

В группу раннего возраста при­нимаются одновременно не более двух детей с интервалом в три-четы­ре дня.

Приходить за ребенком роди­телям желательно в часы бодрство­вания. Время пребывания ребенка в группе увеличивается постепенно: с двух-трех часов до десяти-двенадцати в день.

Необходимое условие успешной адаптации — согласованность дей­ствий родителей и воспитателей, сближение подходов в воспитании ребенка в семье и в детском саду с учетом индивидуальных особенно­стей. Еще до поступления малыша в группу воспитателям следует уста­новить контакт с семьей.



Все привычки и индивидуаль­ные особенности ребенка сразу вы­яснить сложно, но в процессе посе­щения семьи или в ходе ознакоми­тельной беседы с родителями можно узнать о характере поведения, ин­тереса

и склонностях малыша.



Це­лесообразно рекомендовать родите­лям в первые дни приводить ребенка только на прогулку — так ему про­ще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Желательно при­водить малыша не только на утрен­нюю, но и на вечернюю прогулку,

когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречают­ся.

В первые дни стоит приводить ре­бенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем отрицательных эмоций других детей при расстава­нии с родителями.

Родителям можно осмотреть групповые помещения, увидеть шкафчик, кровать, игрушки; то, чем ребенок будет зани­маться, во что будет играть; познакомится с распорядком дня, вместе с воспитателем обсудить, как помочь ребенку адаптироваться к условиям детского сада.родителям предоставляется возмож­ность пребывания в группе вместе со своим ребенком в любое время по их желанию.

Родители должны быть уверены в том, что воспитатель вы­полнит их разумные просьбы относи­тельно питания, сна, одежды ребен­ка; успокоить, что все медицинские и закаливающие процедуры будут проводиться только с их согласия.

Родителям следует внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его рекомен­дации, информацию о результатах наблюдения за поведением ребенка.

Основная задача педагога в пери­од адаптации — формирование эмо­ционального контакта с детьми, их доверия к окружающим взрослым. Главной фигурой и центром вни­мания для двухлетних детей всег­да остается взрослый, поэтому они с большим интересом наблюдают за его деятельностью.

Инициатором игр всегда высту­пает взрослый.

 Первые игры орга­низуются с детьми, которые хотятиграть, с остальными ребятами вос­питатель индивидуально проводит те игры, к которым малыши проявляют интерес.

Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения и т. д. Все игры-занятия с детьми в период адаптации прово­дятся индивидуально. В игры-заня­тия по подгруппам детей следует во­влекать постепенно в соответствии с их желаниями.

Если воспитатели и родители объ­единят свои усилия и обеспечат ма­лышу защиту, эмоциональный ком­форт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома — это будет залогом оптимальной адапта­ции детей раннего возраста к дет­скому саду

