**«Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОУ»**

Поступление в детский сад — сложный период в жизни маленького ребенка, экзамен его психики, здоровья. Проблема адаптации к условиям дошкольного учреждения касается ребенка любого возраста, который впервые переступает его порог. В детском саду ребенок сталкивается с новыми для себя условиями и правилами жизни, к которым часто бывает не готов. В своей семье ребенок привыкает к одному распорядку жизни, определенной обстановке, способу поведения в нем. Он тяжело переносит даже небольшую разлуку с родителями и знакомой ему домашней жизнью. Часть детей входит в новую ситуацию почти без проблем, и слезы, и тяжелая разлука с родителями по утрам длится только в первые один-два дня. Некоторые дети переживают отрицательные эмоции несколько дольше — 4-7 дней. А у других детей период адаптации длится 2-3 недели.

Таким образом, период адаптации — важный период не только для ребенка и его родителей, но и для персонала группы.

Следует помнить, что на характер привыкания к условиям детского сада влияет ряд факторов. Во-первых, это возраст ребенка. Чем старше ребенок, тем легче проходит адаптация. Опыт работы детского сада показывает, что сложнее и дольше привыкают к садику дети, которые страдают аллергией, частыми ОРЗ. Лучше и быстрее адаптируются здоровые дети, физически крепкие. Замкнутый способ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям — причины, которые тормозят образование у детей умение вступать в контакт со взрослыми. Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых излишне опекают в семье, которые не знают родительского «нельзя». Ребенок, у которого не тренируют способность тормозить свои желания, тяжело усваивает и выполняет правила поведения в детском саду.

Адаптация. Адаптация - это процесс вхождения человека в новую среду и приспособления к еѐ условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, то есть совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам или негативным (стресс).

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, регресса в психическом развитии (длится в среднем 1 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.

Три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода: • легкая адаптация - эмоциональное состояние ребенка улучшается в течение двух-трех недель; • адаптация средней тяжести - сдвиги нормализуются в течение 1-1,5 месяцев; • тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев.

**Типичные реакции ребенка на процесс адаптации:**

• активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик);

• эмоциональная нестабильность - любой раздражитель может спровоцировать новый приступ плача;

• отсутствует активность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).

• ребенок пассивен, не идет на контакт ни со взрослыми, ни с детьми, предпочитает находиться в уединении;

• ребенок временно теряет навыки, особенно вновь приобретенные перед началом посещения детского сада (есть ложкой, ходить самостоятельно в туалет);

• могут проявляться агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия);

• ребенок теряет аппетит.

**Что делать, если ребенок капризничает?**

Помните, что плач - это естественная реакция на стресс. Плачем, ребенок не только снимает физиологическое возбуждение, но и отреагирует негативные эмоции, связанные с разлукой с матерью. Для того, чтобы ребенку быстрее адаптироваться к ДОУ, ему нужно «проплакать» свое горе. Поэтому в первое время стоит позволить ребенку плакать. Обнимите его, уверьте в своей любви, будьте с ним рядом в этот период. Предложите вместе погрустить, а когда увидите, -что плач ребенка сходит на нет отвлеките его игрушкой.

Если ребенок не идет на контакт с вами и хочет остаться один, предоставьте ему такую возможность. Сохраняйте спокойствие, не навязывайте общение, но давайте ребенку понять, что вы его видите, слышите и не забываете о нем.

Постарайтесь поменьше устанавливать запреты. Если в группе детского сада делать что-то нельзя (обрывать цветы, играть с водой в умывальнике и т.д.), мягко скажите ребенку «нельзя» и предложите другой вид деятельности.

**Принципы работы с детьми в адаптационный период:**

1. Активная работа с родителями по профилактике дезадаптации;

2. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе:

■ Выстраивание общения с ребенком с учетом индивидуально-психологических особенностей детей раннего возраста;

Ранний возраст - чрезвычайно важный и ответственный период психического развития ребѐнка. Это возраст, когда всѐ впервые, всѐ только начинается - речь, игра, общение со сверстниками, первые представления о себе, о других, о мире. В первые три года жизни закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности - познавательная активность, любознательность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, воображение, творческая позиция и многие другое. При чѐм все эти способности не возникают сами по себе, как следствие маленького возраста ребѐнка, но требуют непременного участия взрослого и соответствующих возрасту форм деятельности. Ранний возраст качественно отличается от дошкольного возраста (3-7 лет): в нем есть своя специфика и свои трудности. Соответственно данному возрастному этапу не применимы методы и приѐмы работы, адекватные для дошкольников. Тем не менее, в адаптационный период педагог и психолог, сталкиваясь с трудными случаями, вырабатывают индивидуальный и адекватный подход к каждому ребенку. Сложность этой задачи заключается в том, что здесь невозможно предложить единый для всех метод адаптации - каждый ребѐнок нуждается в особом подходе. Единственным общим моментом является **завоевание доверия и расположение малыша. Без такого доверия к новому взрослому нормальное эмоциональное самочувствие ребѐнка невозможно.**

Необходимость индивидуального подхода педагога к каждому ребѐнку очевидна во всех возрастах. Однако в раннем возрасте индивидуальный подход имеет решающее значение. Не только по тому, что все дети разные, но ещѐ и потому, что **маленький ребѐнок может воспринять только то воздействие взрослого, которое адресовано лично ему. Малыши не воспринимают призывы или предложения, обращѐнные целой группе. Им необходим взгляд в глаза, обращение по имени, ласковое прикосновение, словом всѐ то, что свидетельствует и личном внимании и персональной обращѐнности**

■ Формирование адекватной предметно-развивающей среды: доступность игр; разнообразие игровых материалов (форма, текстура, цвет, материал и т.д.); Периодическая смена игровых материалов; использование природных и неигровых материалов в игре;

3. Формирование у ребенка чувство уверенности в окружающем:

■ Знакомство и сближение детей друг с другом;

■ Знакомство с воспитателем, установление открытых, доверительных отношений между воспитателем и детьми;

■ Знакомство с группой;

Для этих целей используется оформление среды группы и развивающие игры.

Ещѐ одна особенность работы с детьми раннего возраста - неэффективность любых чисто вербальных методов воздействия. Любые инструкции, объяснения правил, призывы к послушанию оказываются бесполезными. Даже не потому, что дети ещѐ плохо понимают их, а потому что до 3-4 лет малыши не могут регулировать своѐ поведение посредством слова. Они живут только настоящим, и воздействия ситуации (окружающие предметы, движения, звуки) являются для них гораздо более сильными побудителями, чем значение слов взрослого. Эта особенность маленьких детей предъявляет высокие требования к действиям воспитателя. Они должны быть предельно выразительными, эмоциональными и «заразительными». Только собственной увлечѐнностью какой-либо деятельностью можно передать интерес к ней маленькому ребѐнку. Здесь требуется повышенная чувствительность к состояниям малыша, выразительность движение и мимики. Это вовсе не значит, что с маленькими детьми не нужно говорить. Но слова обязательно должны быть включены в контекст реальных действий, иметь яркую интонационную окраску, сопровождаться соответствующими жестами и движениями

Задача же воспитания в этом возрасте состоит в том, чтобы стимулировать активность каждого ребѐнка, вызывать его желание действовать, общаться, играть, решать практические задачи. Для этого совершенно недостаточно сообщать детям новую информацию или демонстрировать нужные способы действия. Здесь необходимы эмоциональное вовлечение детей, создание общего смыслового поля, эмоциональная включѐнность взрослого в нужные действия. Только так можно передать ребѐнку интерес к новой деятельности, привлечь к ней и увлечь ею, и таким образом вызвать его собственное желание. Всѐ это предъявляет особые требования к специалистам, работающим с маленькими детьми. Эмоциональная выразительность, артистизм, способность расположить к себе и передать интерес к деятельности - всѐ это является профессиональными качествами специалистов, работающих с детьми раннего возраста. Эти качества необходимы как педагогам, так и психологам.

**Выводы**

В младшем дошкольном возрасте совместная деятельность с педагогов

оказывает значительное влияние на социализацию и адаптацию ребенка.

Воспитатель играет большую роль в процессе адаптации ребенка к условиям

детского сада, смягчая протекание адаптационного периода у детей.

Эффективным для организации адаптации детей младшего дошкольного

возраста является такое взаимодействие, которое помогло бы детям

принимать безболезненно окружение (незнакомых детей и взрослых).

Ребенок должен научиться применять свои адаптационные возможности, для

чего ему необходимы формы организации разнообразных видов

деятельности, соответствующие его возрастным особенностям, помогут ему

в этом. В работе с детьми используют такие приемы, как демонстрация

собственного позитивного действия, замена, переключение внимания,

введение правил, игровые приемы, музыку, шутки и т.д.