Адаптация детей раннего возраста к детскому саду

**Адаптация детей раннего возраста к детскому саду**

**Адаптация детей раннего возраста**

Закончился доясельный патронаж. И вот малыш переступает порог детского сада. В жизни ребенка наступает самый сложный период за все его пребывание в детском саду – период адаптации.

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

**Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.**

**При легкой адаптации** отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется. Ребенок как правило не заболевает в период адаптации.

**При адаптации средней тяжести** эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

**Самой нежелательной является тяжелая адаптация**, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев). В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода?

**Исследования педагогов, медиков показывают, что характер адаптации зависит от следующих факторов:**

· возраст ребенка. Труднее адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 10-11 месяцев до 2-х лет. После 2-х лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту они становятся более любознательными, хорошо понимают речь взрослого, у них более богатый опыт поведения в разных условиях.

·состояния здоровья и уровня развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.

· сформированности предметной деятельности. Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.

· индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста по разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду. Одни дети плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого реагируют бурным протестом. Но проходит несколько дней, и поведение ребенка меняется: аппетит, сон восстанавливаются, ребенок с интересом следит за игрой товарищей. Другие, наоборот в первый день внешне спокойны. Без возражения выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят, не принимают участия в играх. Такое поведение может продолжаться несколько недель.

· условий жизни в семье. Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств (умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и детьми, самостоятельно обслуживать себя и т.д.). Если ребенок приходит из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения.

· уровня тренированности адаптационных механизмов, опыта общения со сверстниками и взрослыми. Тренировка механизмов не происходит сама по себе. Необходимо создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно попадали в разные условия (посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п.), легче привыкают к дошкольному учреждению. Важно, чтобы в семье у ребенка сложилось доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относится к требованиям взрослых.

**Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:**

· глубокий сон;

· хороший аппетит;

· бодрое эмоциональное состояние;

· полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;

· соответствующая возрасту прибавка в весе.

**Игры в период адаптации ребенка к детскому саду.**

Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

· взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;

· собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;

· приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растирать полотенцем в течении одной минуты.

Игра «Рисунки на песке»

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

Игра «Разговор с игрушкой»

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой … грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

Уважаемые родители чаще играйте со своими детьми! Они будут окружены любовью, заботой и легче перенесут адаптацию к детскому саду!

**Возрастные особенности детей 2-3 лет**

**Особенности психического развития детей 2-3 лет**

В два-три года стремительно развивается познавательная активность. Малыш без конца задает вопросы взрослым. Его интересует абсолютно все. Часто ребенок, пытаясь узнать, как устроена игрушка, разбирает ее. В этом возрасте малыш не понимает еще понятие «живое-неживое». Поэтому легко может разобрать не только игрушку, но и бабочку, например. В данном случае нельзя рассматривать это, как проявление жестокости, но родителям следует объяснить ребенку, что это живой объект, что он испытывает боль и что так делать ни в коем случае нельзя.

Продолжается развитие психических процессов, но ведущая роль отводится восприятию. При восприятии предмета, малыш, как правило, выделяет те признаки, которые его привлекли больше всего.

Внимание и память имеют непроизвольный характер. Дети в два-три года сосредотачивают внимание только на том, что их заинтересовало, и также запоминают, только то, что им интересно.

Мышление наглядно-действенное, поэтому ребенку важно манипулировать непосредственно предметом, потрогать, понюхать, рассмотреть.

Рекомендуется использовать игры на развитие воображения.

**Возрастные особенности детей 2-3 лет.**

В возрасте двух – трёх лет ребёнок уже хорошо понимает речь, направленную к нему. Ближе к трём годам речь настолько совершенствуется, что ребёнок уже может вести разговор. К трем годам активный словарный запас составляет более 400 слов. Значительно увеличивается пассивный запас, ребенок понимает практически все, что говорят окружающие. Улучшается произношение звуков речи.

Развитие ребенка происходит посредством его органов чувств. Ребенок должен использовать их при ознакомлении с окружающим. Очень важно, чтобы он ощупывал предметы, это способствует развитию моторики рук. Также малыш знакомится с вкусовыми качествами продуктов, нюхает их. И конечно, рассматривает предметы, слышит, как они звучат.

Обучается ребенок, в основном подражая взрослому, который ему симпатичен, приятен. Вот почему так важен положительный пример родителей, ведь повторяет малыш, как хорошее, так и плохое.

Малыши в этом возрасте очень любят рисовать, взрослые должны всячески поощрять стремление к рисованию, так, как оно очень важно для развития ребенка. О том, чем полезно рисование читайте в статье « Польза рисования для детей»

**Рисование с детьми 2-3 лет.**

Ребёнок хорошо изучил характер своих родных и близких. Он уже знает, как с кем общаться, и что от кого ждать. Ребёнок уже знает, где и что находится в квартире и чувствует себя абсолютно свободно и комфортно. В этом возрасте детям еще сложно привыкать к новой обстановке, поэтому не рекомендуется резко менять климат и ездить в путешествия в другие страны.

В раннем возрасте ребёнку нужен строгий распорядок дня: завтрак, прогулка, обед, игры, прогулка, купание, сон. Малыш привыкает к повторяющимся изо дня в день действиям. Это помогает ему ориентироваться в окружающем его мире. Если же распорядок меняется, то крохе может это не понравится. Он не будет знать, как реагировать и как вести себя в новых условиях.

Ребёнка в возрасте двух – трёх лет уже можно многому научить. Например, убирать за собой игрушки. У малыша должна быть своя собственная полочка или контейнер для хранения его игрушек, из которого он сам может достать нужные для себя вещи. Можно давать ребёнку небольшие поручения по дому. Например, можно попросить вытереть пыль на полке.

В этом возрасте дети проявляют интерес к сверстникам, стараются привлечь к себе внимание других детей. Но играть вместе они еще не умеют. Играют они, как правило, рядом, а не вместе. Поэтому нужно поощрять игры в песочнице и на детских площадках, но в то же время родители должны оставаться для детей весёлыми партнёрами в играх.

**Родители должны уделить особое значение тому, чтобы научить ребёнка манерам поведения. Слова «спасибо» и «пожалуйста» должны активно использоваться в лексиконе.**

Малыши двух – трёх лет чаще всего пытаются быть самостоятельными. Родители могут этому способствовать и дать возможность ребёнку научиться быть ответственным за свои поступки. Ребёнку нужно давать возможность самому попробовать свои силы в каком-либо действии. Например, можно позволить самому одеться или причесать волосы. Малыш уже усвоил все правила, действующие дома и знает, за что его могут наказать.

В этом возрасте дети поглощены игрой, и им трудно оторваться от неё, чтобы переключится на что-нибудь другое. Если быть точными, можно сказать, что в этом возрасте ребенок еще не играет, а просто манипулирует предметами, игрушками. Малыш ещё не может в полной мере разобраться во всех функциях предметов, которые его окружают и ему требуется помощь взрослого. Задача взрослых научить ребенка играть, в процессе игр знакомить малыша со свойствами и функциями различных предметов, побуждать использование предметов – заменителей в своих играх, например, ребенок кормит куклу, используя вместо ложки палочку.

**Игры на классификацию предметов.**

Малыш 2- лет особенно эмоционален, настроение может часто меняться. Восстановить эмоциональное равновесие можно с помощью игры. Существуют специальные игры-покачивания, игры-подбрасывания. Кроме того, в этом возрасте ребенка легко отвлечь, переключить с одного вида деятельности на другой.

Этот период жизни также знаменателен кризисом трех лет.

Таким образом, двух – трёх летние малыши уже довольно много понимают и умеют, но им всё так же нужна поддержка и помощь родителей.