Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада.

«Адаптация детей раннего возраста в детском саду» является актуальной, так как проблема адаптации детей 2-3 года жизни к условиям детского сада имеет большое значение. От того как проходит привыкание ребенка к новому режиму, к незнакомым людям зависит его физическое и психическое развитие, помогает предотвратить или снизить заболеваемость, а также дальнейшее благополучие, существование в детском саду и семье.

От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода, и его дальнейшее развитие. Одной из актуальных задач, стоящих сегодня перед дошкольным учреждением, является организация работы с семьёй в реальных социально –экономических условиях.

Период адаптации индивидуален для каждой семьи. В среднем этот период длится от 2 до 5 недель.

Исследователи выделяют три периода привыкания ребенка к новым социальным условиям: острый (дезадаптации), подострый (адаптации),  компенсации (адаптированное к определенным социальным условиям).

 При лёгкой степени адаптации поведение ребенка нормализуется в течение двух недель. Аппетит восстанавливается к концу первой недели, через 1-2 недели улучшается сон. Отношения с родителями не нарушаются, ребенок легко прощается, быстро отвлекается, интересуется другими ребятами.

При среднемуровне адаптации отрицательное поведение ребёнка более выражено и продолжительно. Сон восстанавливается только через 20-40 дней. Аппетит восстанавливается через 20 - 40 дней. Наблюдается неустойчивое настроение в течение месяца, плаксивость в течение дня. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30 дню пребывания в ДОУ. Отношение к родным эмоционально взволнованное (плачет при расставании и встрече).

При тяжёлой степени адаптации, ребенок плохо засыпает, сон короткий, кричит, плачет во сне, просыпается со слезами. Резко и длительно снижается аппетит, упорный отказ от еды, может открыться невротическая рвота, а также нарушение стула. Настроение безразличное, ребенок много плачет, к 60-му дню пребывания в детском саду нормализуются поведенческие реакции. Отношение к близким - эмоционально-возбужденное. Отношение к детям: избегает, избегает или проявляет агрессию.

Есть дети, которые входят в новую детсадовскую среду с уверенностью в себе: они обращаются к воспитателю или помощнику воспитателя, чтобы что-то выяснить. Другие сторонятся чужих взрослых, стесняются.

Отношения со сверстниками также оказывают большое влияние на процесс адаптации. Одни дети избегают сверстников, плачут при приближении, другим нравится играть рядом и делиться игрушками. Не умение и не желание взаимодействовать с другими детьми усложняет период адаптации.

Часто ребенок испытывает мало положительных эмоций. Разлука с матерью сильно расстраивают его. В основном, если малыш улыбается, то это реакция на новизну (необычная игрушка, которой управляет взрослый, веселая игра). Отрицательные эмоции обязательно сменятся положительными, что свидетельствует об окончании периода адаптации. Некоторые дети ещё долго будут плакать при расставании с родителем, и это не означает, что адаптация идет плохо. Ребёнок сильно привязан к маме и скучает. Если ребенок сразу успокаивается после ухода мамы, значит, все в порядке.

О том, что адаптация проходит хорошо, можно судить по тому, что малыш все охотнее идёт в детский сад и с удовольствием взаимодействует с воспитателем в группе.

Стрессовая ситуация влияет на познавательную активность. Она либо снижена, либо отсутствует. Иногда ребенок не интересуется игрушками и не хочет играть. Многие дети сидят отдельно, чтобы сориентироваться в окружающей среде. В процессе успешной адаптации малыш постепенно начинает доминировать в пространстве группы, ребенок начинает задавать воспитателю вопросы познавательного плана.

Некоторые дети становятся «тихими», а некоторые становятся неуправляемыми. Это зависит от темперамента ребенка. Хорошим признаком успешной адаптации является восстановление нормальной активности дома, а затем и в детском саду.

Часто ребенок плохо спит, просыпается с плачем вскоре после засыпания. Беспокойный дневной и ночной сон может быть и дома. Когда ребёнок адаптируется, сон обязательно придет в норму, как дома, так и в детском саду.

Также у ребенка можно заметить снижение аппетита. Это связано с непривычной пищей, а также со стрессовыми реакциями – он просто не хочет есть. Хорошим признаком является восстановление аппетита.

Стресс приводит к тому, что сопротивляемость организма инфекциям снижается, и он может заболеть уже в первый месяц (а то и раньше) посещения детского сада.

Кому легче адаптироваться?

Детям, чьи родители заранее подготовили их к посещению детского сада за несколько месяцев. Это может заключаться в чтении родителями сказок о посещении детского сада, игре в «детский сад» с игрушками, прогулках возле сада или на его территории, рассказывая малышу, что он пойдет туда. Если родители воспользуются случаем и заранее познакомят ребенка с воспитателями, малышу будет намного легче.

Легче тем детям, кто владеет навыками самостоятельности. Это одевание, раздевание, «туалетный» этикет, самостоятельное питание, а так же у кого режим близок к режиму детского сада. За месяц до посещения сада, родители должны начать приближать режим ребенка к тому, что его ждет в саду.

Как родители могут помочь?

Не меняйте распорядок дня ребенка в выходные дни. Постарайтесь, чтобы малыша окружала спокойная атмосфера дома. Родителям нужно чаще обнимать малыша и говорить ласковые слова. Дайте в сад небольшую игрушку, предварительно договорившись с воспитателем. Детям в этом возрасте очень хорошо помогает игрушка – замена маме. Держите игрушку рядом с собой, чтобы ребенок чувствовал себя намного спокойнее.

Можно позвать на помощь сказку. Придумайте свою сказку о том, как зайчик впервые пошел в детский сад, как он подружился с ребятами и воспитателями. «Поиграйте» в эту сказку с игрушками. Ключевым моментом является возвращение матери за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте рассказ, пока этот момент не наступит. Пусть ребенка приводит тот родитель или родственник, с кем ребёнку легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что у одного из родителей ребенок относительно спокойнее идет в детский сад, а другого вовсе не отпускает.

Обязательно скажите ребенку, что придет мама или папа, и уточните, когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспал и поел). Малышу будет проще знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Родителям нужно обязательно выполнить свое обещание. Подумайте о своем прощальном ритуале (например, жест рукой, поцелуй). Потом уходите сразу уверенно и не оборачивайтесь. Чем дольше вы не уходите, тем больше беспокоится ваш ребенок.

Таким образом, успешная адаптация ребенка к условиям детского сада во многом зависит от взаимных установок семьи и детского сада.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ: Практическое пособие / Авт.– сост. Белкина Л.В. – Воронеж: Учитель, 2006. – 236 с.
2. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2008. – 188 с.
3. Алексеева Е.Е. Проблемы адаптации родителей и детей к детскому саду / Дошкольная педагогика. – 2007. - №2. – С.58-60.
4. Баданина Л. Организация адаптации родителей к детскому саду / Дошкольное воспитание. – 2007. - №5. – С. 100-102.
5. Белкина В.Н. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ

/ В.Н. Белкина, Л.В. Белкина. – Воронеж: Учитель, 2006. – 236 с.

1. Вахнина Н. Первый день в детском саду / Дошкольное воспитание. – 2012. - №7. – С.13-18.
2. Григорьева А. Игра как способ адаптации детей дошкольного возраста // Воспитание дошкольников. – 2010. - №3. – С. 51-52.
3. Гризик Т. Участники адаптационного периода / Т. Гризик, В. Баева // Дошкольное воспитание. – 2010. - №9. – С. 57-61.
4. Данилина, Т.А. Социальное партнерство педагогов, детей и родителей. / Т.А. Данилина, Н.М. Степина. – М.: Айрис-Пресс, 2004. – 112 с.
5. Доронова Т. Адаптация ребенка к ДОУ: новые подходы / Обруч.

– 2006. – №5. – С. 32-34.

1. Доронова Т.А. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями / Т.А. Доронова. / Дошкольное воспитание. – 2004. – № 1. С. 63- 67.