**«Адаптация детей раннего возраста к новым формам и условиям социальной жизни в детском саду»**

Начало учебного года - трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым для них условиям. Малыши тяжело переносят разлуку с мамой, приходят в отчаяние, оказавшись в незнакомой обстановке, в окружении чужих людей. Тяжело и родителям, которые видят неутешное горе своего всегда жизнерадостного малыша. Нелегко приходится и персоналу групп: дети плачут, цепляются, не дают работать, а воспитателю нужно все успеть, все сделать по режиму, хоть на время успокоить малыша, дать остальным передохнуть от крика новенького.

 Адаптация – это приспособление организма к новым или к изменившимся условиям жизни.

Адаптационный период – серьезное испытание для малышей. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Когда малыш впервые приходит в детский сад, он попадает в новые для него условия. Меняются режим дня, характер питания, температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т. п., поэтому проблема адаптации ребенка к детскому саду является ведущей.

*Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов:*

1. Подготовительный – его следует начинать за 1-2 месяца до приема в детский сад. Роль родителей – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

2.Основной (на этом этапе в работу включается педагог) т.к. главная задача этого этапа - создание положительного образа воспитателя. В этот период родители должны установить с воспитателем доброжелательные отношения, рассказать воспитателю об особенностях своего ребёнка. Имея полную информацию о ребёнке, воспитатель быстрее поймет его и установит контакт.

3.Заключительный – ребёнок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день.

Поступление ребенка в дошкольное учреждение всегда сопровождается определенными психологическими трудностями. Это связано с тем, что, живя в семье, в определенных сравнительно устойчивых условиях, ребенок постепенно приспосабливается к влиянию окружающей среды. В домашних условиях опыт ребенка все время обогащается новыми связями под руководством близкого взрослого. А в дошкольном учреждении своего любимого взрослого рядом с ребенком нет. Его не радует обилие игрушек, детей. Ребенок начинает страдать, так как нет главного взрослого, с которым он чувствует себя комфортно, т. е. нет точек соприкосновения с близкими. Переход ребенка из семьи в детский сад часто связан с необходимостью изменить целый ряд сложившихся привычек, перестроить ранее сформированные стереотипы (режим дня, способ кормления, приемы воспитания и др. – то есть нарушается система сложившихся условных рефлексов на различные моменты жизни ребенка). Ребенок будет обязательно адаптироваться в группе: он должен приспособиться к новым *(иным)* условиям, выработать новые для себя формы поведения. Задача для ребенка не из легких. Процесс привыкания к ДОУ отягощается физиологическими и психологическими изменениями, которые являются одной из причин негативного отношения вновь поступивших детей к ДОУ. Когда ребенок впервые переступает порог детского сада, у него наступает состояние страха, возникает психическая напряженность, что приводит к эмоциональному стрессу и даже к заболеванию. Ребенка, впервые пришедшего в группу, страшит внезапность изменения происходящего, неизвестность держит его в нервном напряжении, связи с родными неожиданно прерваны, его окружают чужие люди, незнакомая обстановка, в которой трудно ориентироваться. Срабатывает инстинкт самосохранения, и ребенок начинает активно обороняться доступными для него способами: он горько плачет, бунтует, отказываясь от помощи незнакомых людей, требует, чтобы рядом была мама, и даже пытается убежать. Стойкий отрицательный эмоциональный настрой, отчаяние и обида на протяжении нескольких часов в день настолько доминируют, что малыш забывает о еде и сне. Ребенка пугают попытки воспитателя хоть как-то успокоить его. Ребенок настолько возбужден, что возвратясь домой, не в состоянии успокоиться, во время сна вздрагивает, плачет, часто просыпается. Примерно так же проходит второй и третий день. Хрупкий организм не выдерживает нервных перегрузок, ребенок может заболеть.

У большинства детей период адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьезных нарушений поведения и общего состояния, а именно *(особенности адаптационного периода)*:

- изменяется эмоциональное состояние: появляется напряженность, беспокойство или заторможенность (ребенок много плачет, иногда стремиться к эмоциональному контакту со взрослым, но, в большинстве случаев, раздраженно сторониться их и сверстников;

- часто нарушается аппетит и сон (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый, многие дети отказываются от еды);

- проявляются более глубокие функциональные расстройства: повышается температура тела, изменяется характер стула (первые признаки расстройства желудка, может появиться сыпь на коже. Ребенка из ДОУ не выводить!

- наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков (дома просится на горшок - в саду этого не делает, дома есть самостоятельно – в детском саду отказывается);

- снижается интерес к предметному миру, игрушкам, ко всему окружающему;

- падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом;

- ребенок подвергается риску инфекционных заболеваний из-за

контакта с другими детьми. В период адаптации ослабевают энергетические силы, нарушается сопротивляемость организма, ребенок быстро заболевает. Дети обычно заболевают тем, к чему были склонны ранее (если ранее болел гриппом, ОРВИ, то заболевает пневмонией, т. е. заболевания приобретают более сложные формы).

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 сложились доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относится к требованиям взрослых.

В заключении хочется еще раз отметить, что длительность адаптационного периода зависит от индивидуальных особенностей каждого малыша. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптационный период проходит сравнительно легко и быстро. Другой малыш медлителен, невозмутим, любит уединяться с игрушками; шум, громкие разговоры сверстников раздражают его. Он если и умеет сам есть, раздеваться то делает это медленно, отстает от всех. Все это откладывает свой отпечаток на его отношения с окружающими. Такому ребенку необходим более длительный срок на период адаптации.

Чтобы период привыкания к детскому саду прошел быстрее и спокойнее, нужно в комплексе использовать различные адаптационные методики, приемы. Прежде всего, необходимо создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляет творческую активность. Ведущий вид деятельности дошкольников – это игра. Все режимные моменты в ДОУ организуются в игровой форме.

Хочется отметить, что в этом учебном году наш детский сад реализует задачи ранней профориентации. Детишки раннего возраста также активно участвуют в этом. Маркеры игрового пространства являются отличным средством для обучения детей.