**Адаптация детей к ДОУ.**

Сложность процесса адаптации напрямую зависит от степени готовности ребёнка к поступлению в детский сад. В период адаптации происходит перестройка ранее сформированного динамического стереотипа, физиологии и иммунной системы. Появляется необходимость преодоления психологических преград. Стрессовая ситуация вызывает защитную реакцию организма в виде отказа от сна, еды, общения с окружающими.

Поэтому, мы обращаем особое внимание на те моменты поведения малыша, которые будут наиболее значимы в период адаптации. Это: наличие или отсутствие контакта со сверстниками, навыки самостоятельности, инициативность в игре и общении с окружающими, умение решать «проблемы в игре». Последнее является одним из важных компонентов развития адаптационных механизмов: свой жизненный опыт малыш переносит в игру, переживает игровые стрессы.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребёнок, умеющий есть, раздеваться, одеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Мы ориентируем родителей на то , что научить ребёнка вступать в общение с взрослыми и детьми - важная задача при подготовке его к поступлению в дошкольное учреждение. В процессе общения ребёнок познаёт окружающее, узнаёт, как действовать в той или иной обстановке, учится устанавливать взаимоотношения с взрослыми и детьми. Главное – в общении он узнаёт себя, границы своих возможностей. Поэтому, чем шире у ребёнка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот, чем меньше опыт ребёнка, тем ему труднее.

Игровая деятельность является существенной составляющей жизни детей в детском саду. Игра предоставляет каждому ребёнку возможность реализовать свои потребности и интересы, является одним из важных средств развития детей дошкольного возраста. Играть с ребёнком надо с первой минуты его появления в детском саду.

Необходимо учесть, что малыши охотнее идут в группу, перестают плакать, если воспитатель умеет переключить их внимание на активную деятельность, да ещё с интересной игрушкой.

Играя с детьми, воспитатель помогает им адаптироваться к условиям жизни в детском саду, вызывает у ребёнка ощущение эмоциональной общности с взрослыми и сверстниками, доверие к ним.

Движения являются одним из средств общения маленьких детей. Совместные движения в играх приносят детям много радости. Общение в процессе выполнения различных движений складывается значительно быстрее, бывает более продолжительным, приобщает малыша к коллективу, к деятельности вместе. Действия сообща богаче по содержанию, в них всегда есть новизна.

Необходимо ежедневно наблюдать за аппетитом ребёнка во время завтрака, обеда, полдника, его сном (засыпание, характер сна, длительность), настроением, активностью (в игре, в речи), контактами с взрослыми и детьми.

Родители и педагоги должны соблюдать общие правила постепенного введения ребёнка в группу детского сада:

* Укороченное время пребывания ребёнка в детском саду; время пребывания увеличивается постепенно в зависимости от поведения ребёнка;
* Сохранение привычных для ребёнка воспитательных приёмов (кормление, укладывание на сон и т.д.), чем младше ребёнок , тем более это необходимо;
* Организация бодрствования ребёнка с учётом его желания (играть одному или с детьми, участвовать в занятии или нет и т.д.);
* Обеспечение ребёнку теплового комфорта, вечером - тёплые гидропроцедуры.

Ведущим фактором укрепления здоровья ребёнка является соблюдение режима дня. Правильное проведение режимных процессов также играет огромную роль в воспитании ребёнка, требует чёткого соблюдения всех требований, терпения со стороны взрослых, т.к. дети нуждаются в непосредственной их помощи. Существует ряд правил, позволяющих правильно подходить к осуществлению режимных процессов у детей раннего возраста:

* Необходимо создать у детей положительное отношение ко всем режимным процессам;
* Предложение взрослого должно совпадать с органической потребностью ребёнка. Это возможно при точном соблюдении режима, наблюдении за ребёнком;
* Нельзя принуждать ребёнка, причинять боль, вызывать неприятные ощущения;
* Постепенно вводить всё новое, будь то новый вид пищи или новый процесс, заранее давать ребёнку установку на этот процесс, т.к. ко всему малоизвестному ребёнок относится с осторожностью, иногда и отрицательно;
* Постепенно переключать ребёнка на новый вид деятельности, не действовать резко;
* Нельзя отвлекать детей во время проведения режимного процесса, прерывать его;
* Следует учитывать особенности состояния здоровья и поведения детей;
* Необходимо соблюдать постоянство и единство требований к ребёнку, а также единство методических приёмов со стороны всех взрослых.

 Таким образом, организация периода адаптации - серьёзная забота воспитателей и психолога.

**Особенности возрастного периода.**

Третий год жизни – существенный этап в развитии ребёнка. Для этого периода характерно:

* активная направленность на выполнение действия без помощи взрослого, простейшие формы выражения самостоятельности;
* дальнейшее развитие наглядно-действенного мышления и появление элементарных видов речевых суждений об окружающем;
* образование новых форм отношений между детьми, постепенный переход от одиночных игр и игр рядом к простейшим формам совместной игровой деятельности.

Дети уже могут сдерживать свои желания и действия, но на короткое время; они быстро утомляются от однообразных движений, легко возбуждаются. Ребёнок становится более самостоятельным в бытовых процессах, игре, занятиях, движения его более координированным. Продолжающееся совершенствование нервной системы ведёт к увеличению длительности бодрствования детей.

 Деятельность ребёнка на третьем году жизни становится сложнее и разнообразнее: дети приучаются различать игру и учебные или трудовые задания; проявляются зачатки новых видов деятельности - изобразительной (рисунок, лепка) и дети отображают действия близких им людей. К концу третьего года возникают игры, в которых ребёнок начинает изображать кого-либо, т.е. берёт на себя определённую роль.

 Появление ролевой игры – новая ступень в развитии ребёнка. В процессе всех видов деятельности, особенно игровой, происходит развитие психических процессов, формируются новые потребности и интересы. Знакомясь с различными свойствами предметов, ребёнок учится соотносить их друг с другом, приобретает способность предвидеть изменения, которые могут произойти в результате выполнения тех или иных действий (например, взять крышку определённой формы, чтобы закрыть коробку, достать один предмет с помощью другого и т.д.)

 На третьем году жизни внимание детей становится более сосредоточенным и устойчивым. Совершенствуется память. Ребёнок интенсивно овладевает речью. Подражая родителям и близким людям, ребёнок бессознательно перенимает стиль общения, который становится его натурой. Большие изменения происходят в умственном развитии ребёнка. Ребёнок под влиянием объяснений взрослого и на основании своего опыта научается сравнивать наблюдаемые предметы и явления. устанавливать простейшие связи между ними, обобщать их по сходным признакам. Свои действия дети сопровождают высказываниями, начинают задавать вопросы: Почему? Где? Когда?

 Быстро увеличивается словарный запас, происходит дальнейшее овладение грамматическим строем речи (появляются новые падежные окончания, союзы, предлоги, будущее время глагола, чаще используются прилагательные). Существенные изменения происходят в понимании речи окружающих: ребёнок начинает понимать не только смысл отдельных высказываний, относящих непосредственно воспринимаемому, но и содержание небольших рассказов, он способен выполнять предъявляемые ему в словесной форме требования.

 Переживания детей очень живы, но неустойчивы, сменяют друг друга. Разнообразнее становятся чувства к окружающим людям (привязанность, сочувствие, симпатия) и чувства, связанные с выполнением деятельности (удовольствие от достигнутого результата, огорчение при неудаче, радость от того, что похвалили, захотели с ним поиграть и т.д.)

В раннем детстве дети способны выражать множество эмоций: радость, восторг, удивление, тревогу, доверие, страх, стыд, гнев и т.д. Ни одну из этих эмоций нельзя назвать хорошей или плохой, т.к. каждая из них чему-то учит ребёнка.

Задача взрослых – научить малыша понимать сначала своё эмоциональное состояние, а затем и состояние окружающих взрослых и детей.