

*ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К ЯСЕЛЬНОЙ ГРУППЕ ДЕТСКОГО САДА*

Детям раннего возраста особенно тяжело привыкать к условиям дошкольного учреждения. Они ещё слишком привязаны к матери и боятся всего нового, незнакомого. Каждый малыш при посещении детского сада испытывает трудности во время адаптации – привыкания организма к отличающемуся от раннего опыту жизни.

С первых дней жизни дома ребёнку прививаются особые правила – определённый режим сна и бодрствования, виды деятельности, питание, характер взаимоотношений с окружающими, запреты и прочее.

Во время приспособления к яслям поведение и реакции ребёнка меняются – малыш плачет и раздражается, меньше и реже ест, плохо спит, утрачивает уже приобретённые навыки, часто болеет. Однако подобные симптомы являются закономерной реакцией на новые условия жизни.

Ясли – это неизведанное пространство, новые лица, иерархия взаимоотношений. Процесс адаптации требует больших затрат психической энергии, физических сил. Особенности привыкания зависят от индивидуально-личностных качеств ребёнка.

Чтобы облегчить этот процесс, снизить воздействие психотравмирующих факторов, важно заблаговременно подготовить малыша к изменениям, а на протяжении всего периода адаптации оказывать комплексную помощь, поддержку.

 КАК ПРОХОДИТ ПЕРИОД?

Адаптация малышей к яслям проходит несколько периодов, характеризующихся выраженностью определённых негативных реакций.

*Острая фаза.* На первом этапе наблюдается максимальная мобилизация детского организма. Малыш постоянно пребывает в возбуждённом, напряжённом состоянии.

Он плаксив, нервозен, капризен, истеричен как в стенах дошкольного образовательного учреждения, так и дома.

Помимо этого, можно наблюдать физиологические изменения, связанные с частотой сердечного ритма или кровяного давления. На данном этапе повышается восприимчивость ко всевозможным инфекциям, вирусам.

*Умеренно острая фаза.* Выраженность негативных проявлений заметно снижается, малыш постепенно приспосабливается к изменившимся условиям жизни. отмечается уменьшение возбудимости, нервозности, улучшение аппетита и сна. Однако на любом этапе протекания данной фазы вероятно возобновление негативных эмоций – истерики, плаксивость, нежелание расставаться с родителями.

*Компенсированная фаза*. Характеризуется стабилизацией психического состояния. Малыш успешно находит способы взаимодействия с воспитателем и сверстниками, активно начинает осваивать новые навыки.

Адаптации невозможно избежать – это естественная реакция организма на изменившиеся условия. Одни дети успешно справляются со стрессом за несколько недель, другие пребывают в эмоциональном напряжении несколько месяцев.

 СЛОЖНОСТИ

Приспособление к новым условиям жизни в раннем возрасте осложнено возрастными особенностями развития. У малышей ещё не до конца развита подвижность нервных процессов – они менее мобильны, их сложно отвлечь или заинтересовать новой игрушкой.

Не все дети успевают освоить способы вербального взаимодействия – поэтому не всегда правильно воспринимают речь взрослого, обращённую к ним. Малыши не могут похвастаться опытом общения с разными людьми, успокоить их бывает крайне сложно.

 КАКИЕ СХЕМЫ СУЩЕСТВУЮТ?

Практика позволила выработать определённые схемы по включению малышей в ясельную группу. Каждый родитель должен определиться с подходящим вариантом, опираясь на личностные особенности своего малыша.

 ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

Многие родители начинают жить по режиму детского сада задолго до первого дня пребывания в нём:

ранний подъём;

похожее меню;

обеденный сон;

знакомство с разными видами деятельности;

организация взаимодействия со сверстниками (например, на игровой площадке);

оставление ребёнка с другими родственниками или близкими друзьями.

Плюс такого подхода заключается в том, что ребёнок заранее, постепенно привыкает к альтернативной реальности. Он понимает, что дом и мама, знакомые игрушки – это не единственное, что есть в этом мире. Малыш с готовностью начинает проявлять познавательный интерес в ненавязчивой обстановке.