



## **«Адаптация детей раннего и младшего дошкольного возраста к условиям ДОУ», при активном участии родителей, с помощью игр**

Каждый год большое число детей впервые приходят в детские учреждения. Многие малыши трудно переносят даже временную разлуку с близкими, изменение условий жизни, привычек. Травма, наносимая нервной системе ребенка в период его привыкания к детскому учреждению, может иметь долговременные последствия: нарушение в состоянии возбудимости нервной системы, невротические расстройства, приобретенные в период адаптации к яслям. Адаптация - процесс приспособления человека (ребенка) к новой для него среде, или изменившимся условиям, это процесс эффективного взаимодействия организма со средой.

### **Периоды привыкания ребенка к новым социальным условиям:**

1. Острый период, или период дезадаптации :.
2. Подострый период, или адаптация (приспособление)
3. Период компенсации или адаптированности к данным социальным условиям, когда нормализуются все регистрируемые показатели.

### **Степень адаптации:**

Адаптация бывает: легкая, средней тяжести и тяжелая. При легкой степени адаптации, поведение детей раннего возраста нормализуется в течение месяца, у дошкольников - за 10-15 дней. Отмечается незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней объем съедаемой ребенком пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения с взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается, функциональные изменения едва выражены и нормализуются в течение 2-4 недель. В период легкой адаптации заболеваний не возникает.



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

При адаптации средней тяжести все нарушения в поведении ребенка выражены более ярко и являются длительными. Нарушения сна и аппетита нормализуются не раньше, чем через 20-40 дней. Период угнетения ориентировочной активности длится в среднем 20 дней, речевая активность восстанавливается на 30-40 день, эмоциональное состояние неустойчиво в течении месяца, отмечается значительное снижение двигательной активности на протяжении 30-35 дней. В это время взаимоотношения со взрослыми не нарушаются. Все функциональные изменения выражены отчетливо, особенно в дни, предшествующие заболеванию, которое при этой степени адаптации возникает в виде острой респираторной инфекции, протекающей без осложнений.

Тяжелая адаптация характеризуется значительной длительностью (от 2 до 6 и более месяцев) и тяжестью её проявлений. Эта степень адаптации может протекать в двух вариантах, каждый из которых имеет свои признаки. При 1 варианте ребенок начинает повторно болеть, что неблагоприятно отражается на состоянии реактивности его организма, общем соматическом статусе, показателях физического и нервно-психического развития. Чаще встречается у детей 1,5-2 лет жизни, имеющих в анамнезе отклонения в здоровье вследствие токсикоза беременности у матери, осложнений в родах, заболевания периода новорожденности и т. д. Второй вариант тяжелой адаптации характеризуется длительностью и тяжестью проявлений неадекватного поведения, граничащего с невротическими состояниями (понижение настроения, нарушение аппетита (волчий аппетит или его отсутствие, недержание мочи и кала, заикание, тики, расстройство сна - сон поверхностный, с частыми пробуждениями, с трудом засыпают, учащенное моргание, шмыганье носом и т. д.) Наблюдается длительное снижение аппетита (его восстановление начинается не раньше чем на 3 неделе, иногда и позже). В некоторых случаях при приеме пищи проявляется стойкая анорексия или даже невротическая рвота. Длительно (в течение 30-40 дней) нарушается сон (чуткий, укороченный). Ребенок медленно засыпает, пробуждаясь плачет. Дети, как правило, упорно избегают контактов со сверстниками,



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

проявляют к ним агрессию или стремятся к уединению. Отношения со взрослыми избирательно. Эмоциональное состояние длительно нарушено. Это выражается либо в плаче во время бодрствования, либо плач и хныканье сменяются пассивностью, безразличием. Резко снижается двигательная и речевая активность, игровая деятельность становится примитивной. Ребенок капризничает, требует повышенного внимания со стороны взрослого, вскрикивает во сне, пугается чужих людей. При тяжелой адаптации темп нервно-психического развития ребенка замедляется. Развитие речи и игровая деятельность по сравнению с возрастной нормой отстают на 1-2 квартала (3-6 мес.). Чтобы снизить эмоциональное напряжение, необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие, — на игру, а также создать условия для возникновения доверия не только между воспитателем и ребенком, но ребёнком и родителем в семье.

### **Игры дома в период адаптации**

Основная задача игр в этот период — формирование эмоционального контакта, доверия детей к взрослым. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, интонацией, проявлением заботы к каждому малышу, не только в детском саду, но и дома. И теперь у вас, дорогие родители, есть возможность вспомнить детство и поиграть с удовольствием, от души вместе со своими детьми...

### **Игра «Полянка настроения»**

**Цель:** настрой на позитивное сотрудничество, создание положительного эмоционального фона, развитие воображения.

**Оборудование:** плетеные салфетки, цветные ленточки, цветная проволока.



**Ход игры:** Используя плетеную салфетку, разноцветные ленточки, шнурочки, бумажные салфетки, лепестки роз, мы создадим полянку настроения. Обычно ребенок видит дома следующую картину: мама моет посуду, варит кашку, а папа работает за компьютером или смотрит телевизор. Все взрослые заняты своими делами. И вдруг на глазах у ребенка и при его участии происходит превращение: вместо скучной серой салфетки появляется «красота». Помимо этого, продевание шнурка сквозь отверстие в салфетке способствует развитию мелкой моторики малыша — его пальчики становятся более ловкими, пробуждается творческое воображение.

### **Игра «Колючий ежик»**

**Цель:** развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляция речевой активности.

**Оборудование:** массажный мяч.

**Ход игры:** Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Обучение простейшим приемам происходит в игре. На вашей ладони появляется необычный шарик. Вместе вы внимательно рассматриваете его. Оказывается, что он похож на ежика. Аккуратно кладете шарик на ладонь ребенка, прокатываете «ежика» по каждому пальчику, начиная с большого пальца ведущей руки, и чуть дольше задерживаетесь на подушечке каждого пальчика. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру. Действия сопровождайте стихами:

«Дай ладошечку, моя крошечка,  
 Я поглажу тебя по ладошечке.  
 Ходит-бродит вдоль дорожек  
 Весь в колючках серый ежик,  
 Ищет ягодки-грибочки



МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – детский сад №115»

Для сыночка и для дочки.

Развить физические качества дома помогут такие упражнения: как «Качели», (где в роли «качели» выступают двое взрослых), оно развивает координацию и укрепляет вестибулярный аппарат. Подвижная игра «Птички в гнёздышках» (где родитель выступает в роли «гнезда», а ребёнок в роли «птенчика»), будет способствовать развитию внимания. Упражнения «Самолёт», «Мостик» (выполняются в положении лёжа, ребёнок «парит», разводя руки в стороны) – развивают силу и гибкость. А игровое упражнение «Велосипед» с прикосновением стоп взрослого и ребёнка, со сгибанием и разгибанием ног в коленных суставах, укрепит силу мышц нижних конечностей. Мелкую и крупную моторику рук у детей очень хорошо разовьют упражнения с мячами разной величины. Детям очень нравится играть с мячами, особенно со своими родителями. Такие занятия будут полезны и в детском саду и дома.

Путём создания комфортных условий, с применением игровых сеансов и игровой терапии дома, ребёнок быстрее адаптируется к условиям детского сада и его пребывание в социуме будет наиболее комфортным.