

МАДОУ города Нижневартовска ДС №46 «Кот в сапогах»

Журнал для родителей

**Адаптация детей
младшего
дошкольного
возраста через игру
с кинетическим
песком**



*Автор журнала:
воспитатель Елпашева Т.Н.*

Под *адаптацией* (от лат. adaptatio приспособление, прилаживание) принято понимать способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды.

Виды адаптаций:

- Психологическая – приспособление психических свойств, состояний и процессов к условиям, в которых человек оказался.
- Социальная адаптация – приспособление человека к социальным условиям существования.



На процесс адаптации влияют:

- достигнутый уровень психического и физического развития ребенка;
- состояние здоровья;
- степень закалённости;
- сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками;
- личностные особенности самого малыша;
- уровень тревожности и личностные особенности родителей.



Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

- 1) **Легкая адаптация:** ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель;
- 2) **Средняя адаптация:** в течение всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность, беспокойность сна. Этот период длится 20-40 дней;
- 3) **Тяжелая адаптация:** длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются привычки: грызение ногтей, сосание пальцев и др.
- 4) **Очень тяжелая адаптация:** около полугода и более. Встает вопрос – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовый» ребенок.

Успешная адаптация ребенка к условиям детского сада во многом зависит от взаимных установок семьи и детского сада. Важно, чтобы родители были уверены в хорошем отношении педагога к ребенку; чувствовали компетентность педагога в вопросах воспитания; но главное – ценили его личностные качества (заботливость, внимание к людям, доброту).



Портрет ребенка, поступившего в детский сад

1. Эмоции ребенка:

- отрицательные эмоции: от хныканья, "плача за компанию" до приступообразного плача;
- проявления страха (боится неизвестной обстановки, встречи с незнакомыми детьми, новых воспитателей, а **главное**, того, что вы забудете о нем)
- если ребенок успокаивается в течение некоторого времени после ухода мамы, то все в порядке.

2. Контакты со сверстниками и воспитателем:

- снижается социальная активность (дети становятся напряженными, замкнутыми, беспокойными, малообщительными);
- малыши 2-3 лет играют не вместе, а рядом друг с другом;
- **адаптация идет успешно** определяется тем, что кроха все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам.

3. Познавательная активность:

- бывает снижена или даже вовсе отсутствовать на фоне стрессовых реакций.

4. Навыки:

- ребёнок может на короткое время "растерять" навыки самообслуживания (умение пользоваться ложкой, носовым платком, горшком и т.д.);
- **успешность адаптации** определяется тем, что ребенок не только "вспоминает" забытое, но вы, с удивлением и радостью, отмечаете новые достижения, которым он научился в саду.

5. Особенности речи:

- у некоторых детей словарный запас скудеет или появляются "облегченные" слова и предложения;
- речь восстановится и обогатится, когда адаптация будет завершена.

6. Двигательная активность:

- некоторые дети становятся «заторможенными»;
- а некоторые — неуправляемо активными;
- признаком успешной адаптации является восстановление нормальной активности дома, в садике.

7. Сон:

- в первые дни ребенок засыпает плохо;
- иногда дети вскакивают, или, уснув, вскоре просыпаться с плачем, дома также может отмечаться беспокойный дневной и ночной сон;
- к моменту завершения адаптации сон дома, и в саду обязательно нормализуется.

8. Аппетит: -

- бывает пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей и со стрессовыми реакциями.

9. Здоровье:

- стресс приводит к ослаблению и снижению сопротивляемости организма инфекциям, он может заболеть в первый месяц посещения садика.

Как ускорить адаптацию ребёнка

Педагоги ищут эффективные методы для *безболезненной адаптации* ребенка а именно:

- игровая деятельность и двигательная активность;
- существует множество нетрадиционных методик, позволяющих решить комплекс задач и проблем, стоящих перед взрослыми.

В период адаптации нужно отвлечь ребенка от грустных мыслей, вовлечение в интересную игру или занятие.

Игра - доступная, привлекательная и органичная для ребенка деятельность. Она способствует сохранению его душевного равновесия, дает ощущения психологического комфорта, доставляет радость и удовлетворение. Игровая деятельность носит эмоциональный характер и создает возможность регулирования настроения ребенка.

Игры период адаптации

1. Коммуникативные игры, направленные на формирование эмоционального контакта педагога с детьми и детей между собой. Это игры - забавы, хороводы, подвижные игры («Давайте познакомимся», «Раздувайся пузырь», «Карусели», «Курочка и цыплята». «Пряжки», «Солнышко и дождик» и т.д.)

2. Игры на освоение окружающей среды, направленные на освоение детьми пространства групповой комнаты (детского сада), знакомства с персоналом детского сада, другими воспитанниками. Это игры путешествия, игры с предметами, подвижные ролевые игры («Найди игрушку», «Поезд», «Ножки», «Самолеты», «Мы Гуляем», «Чьи вещи?», «Смелые мышки» и т.д.)

3. Сенсорно моторные игры (песок, глина, бумага) способствуют развитию сенсорной системы: зрения, вкуса, обоняния, слуха, температурной чувствительности.

Игры с кинетическим песком способствуют тому, что:

Уравновешивается
эмоциональное
состояние детей

Производят хорошее
влияет на развития
детей в целом

Дети учатся понимать
себя и других

Ребята учатся
анализировать свои
действия

Дети становятся более
коммуникабельными,
раскрепощенными

Быстрее развиваются
тактильно-кинестетические
ощущения и мелкая
моторика пальцев рук

Советы родителям

1. Постарайтесь создать в семье дружескую атмосферу.
2. Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.
3. Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены.
4. Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
5. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего ребенка.
6. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
7. Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потрите носиками или что-нибудь подобное.
8. Положите ребенку в кармашек какую-нибудь памятную вещицу, которая будет напоминать о вас и о том, как сильно вы его любите.
9. Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку. Ребенку понять, что какие бы истерики он не закатывал, он все равно уйдет. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже справиться с его капризами и слезами.





В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его и целуйте. Удачи! Пусть ваш ребенок почувствует себя в детском саду членом дружного коллектива и получит новый толчок для развития.



Список литературы

1. Адаптация ребенка к ДООУ./ Автор-сост. Т.В.Иванова. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с.
2. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации/ авт.-сост. Н.В.Соколовская. – Волгоград: Учитель, 2008. – 188 с.
3. Аксарина М.Н. Воспитание детей раннего возраста. – М.: Медицина 2007- 64с.
4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ. – Воронеж: Учитель, 2006- 36с.
5. Печора К.Л., Пантюхина Г.В. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях - М.: Владос, 2007 - 76с.
6. Яковлева Е. В. Кинетический песок как одно из средств развития творческого воображения дошкольников [Текст] // Инновационные педагогические технологии: материалы III международной научной конференции (г. Казань, октябрь 2015 г.). — Казань: Бук, 2015. — 125 с.

