**«Адаптация детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОУ»**

Различные стороны процесса адаптации широко изучались отечественными и зарубежными специалистами. Исследованы психофизиологические аспекты адаптации. Отдельно рассматривались информационные и социально-психологические составляющие процесса адаптации. Рассмотрим основные составляющие адаптации.

Психофизиологический аспект.Нейропсихологические основы механизма адаптации описываются в теории функциональных систем П.К. Анохина, в которой рассматривается взаимосвязь физиологических и психологических процессов, организующих поведенческий акт человека в его взаимодействие с окружающей средой.

Интегративный аспект. Ядро современной концепции природы и механизма адаптационного процесса должна составить гармоничная интеграция физиологических, психологических и социальных возможностей адаптивной и неадаптивной активности.

Учитывается и вклад предшествующих состояний на уровне качественного и количественного анализа жизненных перемен. При этом действие интегрирующей функции эмоционально-чувственных состояний обеспечивает процесс психологической адаптации субъекта к изменениям условий жизни и деятельности. Вследствие этого сильные отрицательно окрашенные эмоционально-чувственные состояния могут затруднить процесс адаптации личности к деятельности. Уровень эмоционального возбуждения ребёнка не только служит показателем эффективности его адаптации, но и обусловливает успешность практической деятельности: для достижения высоких результатов нежелательны как слишком слабые, так и интенсивные эмоциональные возбуждения. Слабая возбужденность не обеспечивает должной мотивации деятельности, а слишком сильная может сделать ее практически неуправляемой.

Важно учитывать и другие переменные, оказывающие воздействие на динамику процесса и его эффективность: уровень развития интеллекта, позволяющий сформировать педагогические стратегии, учитывающие индивидуальные психологические особенности каждого ребёнка.

Изучение проблемы адаптации детей к условиям жизни и воспитания в ДОУ проводилась многими учёными, которые выделили несколько основных подходов к адаптации детей, поступающих в дошкольные учреждения: физиологический, социально-психологический, психолого-педагогический, и другие. Но интерес к данной проблеме связан уже не только с классификацией подходов к адаптации и определением её особенностей, а с выявлением факторов, влияющих на эффективность или неэффективность адаптации.

Понятие адаптации пришло в психологию из физиологии, где оно означает стремление организма к достижению равновесия с внешней средой. В психологической науке адаптацию определяют, как процесс взаимодействия двух переменных: потребностей живого организма и особенностей среды его обитания, процесс эффективного взаимодействия организма с окружающей средой. Адаптация происходит непрерывно, имеет защитный, самый разнообразный характер, поэтому позволяет ребёнку перестраивать свою деятельность с учётом новых обстоятельств и повышать её продуктивность, то есть развиваться, при стабильной жизнедеятельности организма.

Эффективность процесса адаптации ребёнка в значительной мере определяет успешность его деятельности, а также сохранение физического и психического здоровья. Центральными видами для детей младшего дошкольного возраста являются физиологическая, психическая, психологическая, социальная адаптация.

Физиологическая адаптация проявляется в состоянии здоровья ребёнка. Если он хорошо приспособился к обстановке, то редко болеет, все физиологические акты проходят у него без особых проблем. Если же справляется со всеми требованиями детского сада, но много болеет, то считать ребёнка полностью адаптированным нельзя.

Психическая (психоэмоциональная) адаптация выражается в перестройке динамического стереотипа личности в соответствии с новыми требованиями окружающей среды. Адаптированные дети пребывают в хорошем настроении, у них высокий уровень работоспособности, отсутствуют невротические реакции и аффективная возбудимость.

Психологическая адаптация заключается в приспособлении (психологическом) ребёнка к изменившимся условиям среды и выработке модели поведения, адекватной новым условиям. Дети чувствуют себя комфортно, активно взаимодействуют и со взрослыми, и со сверстниками, включены в совместные игры, дела и образовательную деятельность.

Социальная адаптация говорит о приспособлении индивида к социальной среде, предполагающем взаимодействие и постепенное согласование ожиданий обеих сторон. Адаптация к социуму требует подчинения индивидуальных желаний нормам и запретам дошкольного учреждения. Важно помнить при этом: полное подчинение индивидуальных потребностей требованиям социума приводит к нарушению других видов адаптации. Социальная адаптация – это состояние гармонии между индивидом и социальной средой. Детский сад – это прежде всего институт социализации, и его основная задача - приучение детей к социальным требованиям.

Ценностное отношение к ребёнку и понимание необходимости его нормальной и своевременной социализации - наиболее эффективный стиль воспитания, опирающийся на потребности ребёнка в положительных эмоциях и в реализации притязаний на признание.

Адаптация – социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию приспособления. Хорошо адаптированным считается ребёнок, у которого продуктивность, способность наслаждаться жизнью и психологическое равновесие не нарушены. Характер и длительность адаптационного периода зависят от ряда объективных обстоятельств и множества субъективных причин.

 При приёме в ДОУ ребёнок впервые сталкивается с необходимостью изменить сформировавшийся поведенческий стереотип из-за изменения привычных условий жизни и установить новые социальные связи.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Каждый ребенок привыкает по-своему. К сожалению, этот процесс протекает иногда сложно и болезненно. Дети могут отказаться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки. Часто бывает, что он как бы забывает многое из того, чему он научился: он хуже говорит, становится менее самостоятельным, оказывается мокрой его постель. Насколько успешно ребёнок справится с этими трудностями, во многом зависит от функциональных возможностей адаптационных механизмов, которые определяются несколькими факторами.

1. Состояние здоровья и уровень развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребёнок обладает большей функциональной активностью всех систем организма, в том числе и системы адаптационных механизмов. Он легче справляется с любыми трудностями.

Дети рождаются очень различными, с определенными особенностями в строении и функционировании организма и отдельных его систем. [23, c.50]

Организм и окружающая его среда составляют единство. Это отчётливо обнаруживается при изучении развития ребёнка, которое совершенствуется в природной и социальной среде.

Ребёнок усваивает знания, опыт, добытый многими поколениями людей, живших до него. Усвоение опыта взрослых становиться в то же время процессом накопления ребёнком собственного индивидуального опыта.

Воспитатель должен считаться с тем уровнем которого достиг ребёнок в процессе своего естественного развития (т.е. созревания) и строить обучение в соответствии с этим уровнем.

Ребёнок с первых дней своего существования попадает в сложные и изменчивые отношения со средой. Ребёнок с самого начала является активным членом ближайшей к нему среды. Он сам воздействует на взрослых, выражая свои желания, свои потребности и интересы. Его темпераментные особенности выступают в том, как он реагирует на требования старших, как радуется и огорчается, как переживает огорчения и наказания, как долго помнит обиду и похвалу как быстро устанавливает контакт с товарищами и во многом, многом другом.

Кроме индивидуальных особенностей на взаимодействие ребёнка со средой оказывает большое влияние его общее эмоциональное состояние в конкретный момент общения со взрослым.

Чтобы успешно управлять сложным, противоречивым процессом развития ребёнка необходимо, использовать законы высшей нервной деятельности человека, законы психологии и педагогики, создавать такие условия при которых воспитание и обучение становятся развивающими.

Знание законов психологического развития ребёнка необходимо воспитателю для того чтобы используя законы развития, он мог так организовать жизнь каждого ребёнка с его неповторимой индивидуальностью и обеспечить такое общение с ним в каждый момент его жизни, которое даёт максимальный эффект.

Младший дошкольный возраст является прямым продолжением раннего возраста в плане общей сензитивности, это период овладения социальным пространством человеческих отношений, через общение с близкими взрослыми, а также через игровые и реальные отношения со сверстниками.

Интенсивно овладевает речью. Речь как средство общения несёт в себе не только функцию обмена информацией, но и экспрессивную функцию.

Наиболее сильный и важный источник переживаний ребёнка- его взаимоотношения с другими людьми- взрослыми и детьми. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребёнка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Именно во взаимодействии механизмы идентификации дают детям возможность развиваться, рефлексировать и соответствовать социальным ожиданиям общества. Идентификация не растворяет воспитанника в социуме, так как она существует в неразрывном единстве с обособлением.

Идентификация в форме сочувствия - самая типичная для ребёнка форма отождествления другого с собой и себя с другими.

Общение в группе сверстников существенно отражается на развитии личности ребёнка, от стиля общения от положения среди сверстников зависит, насколько ребёнок чувствует себя спокойным, удовлетворённым, в какой мере он усваивает нормы отношений со сверстниками.

В общении детей весьма быстро складываются отношения в которых появляются предпочитаемые и отвергаемые сверстники.

В условиях дошкольного воспитания, когда ребёнок постоянно находится с другими детьми, вступает с ними в разнообразные контакты, складывается детское общество, где ребёнок приобретает первые навыки поведения среди равных участников общения.