

Повышение положительного эмоционального состояния в период адаптации детей раннего возраста

Составители: Рубцова О.В.

Рудакова Т.Ю.

Качканова Ю.А.

Социальная адаптация – это вхождение ребенка в коллектив сверстников, принятие норм, правил поведения в обществе, приспособление к условиям пребывания в процессе которого формируется ролевое поведение, способность к самоконтролю, самообслуживанию, адекватных связей с окружающим.

Детский сад – новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Часто случается, что у многих родителей наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в сад. В период адаптации у ребёнка происходит перестройка ранее сформированных привычек и уклада жизни. Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс, проявления которого у ребенка разнообразны: отказ от еды, сна, общения с окружающими, уход в себя, плач, болезни.

Можно ли избежать этих неприятных переживаний? Как помочь семье справиться с новой ситуацией?

варианты адаптации.

-легкая адаптация – около месяца требуется семье, чтобы приспособиться к новым условиям.

-адаптация средней тяжести – семья приспосабливается за два месяца.

-тяжелая адаптация – требуется три месяца.

-очень тяжелая адаптация – около полугода и более. Встает вопрос – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, что он – «несадовый» ребенок.

Мы поставили перед собой задачу сократить срок адаптации детей с осложнённым её характером до 1 - 2 месяцев.

Цель:

Создать благоприятные условия социальной адаптации ребенка в условиях дошкольного учреждения, способствующие повышению его адаптационных возможностей, необходимых для дальнейшего развития.

Задачи:

помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее

снятие эмоционального и мышечного напряжения;

снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;

развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;

развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
развитие игровых навыков, произвольного поведения

Для этого необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит в первую очередь от умения и усилий воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе. Если ребенок с первых дней почувствует это тепло, исчезнут его волнения и страхи, намного легче пройдет адаптация. Чтобы ребенку было приятно приходить в детский сад, нужно “одомашнить” группу, т.е. правильно организовать предметно-развивающую среду для повышения положительного эмоционального настроения.

Мы знаем, что ведущей, наиболее привлекательной деятельностью в раннем дошкольном возрасте является игра, поэтому воспитательно - образовательный процесс был построен на основе игровых моментов направленных, в первую очередь, на повышение эмоционального настроения ребенка и обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в дошкольном учреждении

методы и приемы создания эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

1. элементы телесной терапии,
2. исполнение колыбельных песен перед сном,
3. релаксационные игры
4. элементы сказкотерапии, музыкальные занятия и развитие движений,
5. игровые методы взаимодействия с ребенком (игры выбираются с учетом возможностей детей, места проведения)

Совместная деятельность в группе составлена с учетом особенностей детей раннего возраста, не посещающих детский сад, способствует успешной адаптации и более комфортному дальнейшему пребыванию ребенка в детском саду. При адаптации детей раннего возраста я предлагаю использовать нетрадиционные методы и приемы. Эти методы и приемы хорошо использовать для того, чтобы уменьшить невротические проявления у детей: повышенную тревожность, беспокойство, боязливость в новых ситуациях. Увлеченность общим делом способствует отвлечению малыша от стрессового момента расставания с мамой.

Также используем:

- Шумовые игрушки. Наиболее эффективным, а иногда и единственным приемом работы при адаптации детей раннего возраста является игровая терапия, проводимая как в индивидуальной, так и в групповой форме. Дети будут не только прислушиваться к шуму, но и с удовольствием разглядывать содержимое, потому что сама ёмкость – игрушка обязательно должна быть прозрачной. В процессе игры дети приобретают новые знания и навыки, познают окружающий мир, учатся общаться. Поэтому акцент в выборе игр для детей раннего возраста мы делаем на сенсорные и моторные игры.
- Водные игры. Упражнения с водой стимулируют работу мозга детей и вызывают ощущения счастья и радости,

– Пескотерапия., Использование игр и игровых упражнений с песком и водой очень эффективно, они обладают релаксационным действием. снимают мышечную напряженность. В данном случае я предлагаю заменить песок крупой – пшеном.– Тестопластика.–

– Мыльные пузыри. Дети с удовольствием пускают пузыри, пытаются дотронуться до них, чтобы лопнуть и испытывают только положительные эмоции.

Пальцевая живопись (рисование ладошкой, пальцами). Не меньше удовольствия детям раннего возраста приносит рисование. Именно нетрадиционное рисование создает атмосферу непринужденности и эмоционально – положительное отношение к деятельности.

Развитие эмоций, происходящее в процессе общения и деятельности, органично включено в целостный процесс психологического развития ребенка и понимается не как стихийное «разворачивание» природных задатков, а как целенаправленный педагогический процесс. Следует отметить, что важную роль в воспитании эмоций играет амплификация (обогащение), а не акселерация (ускорение) развития ребенка.

Для полноценного психического развития ребенок должен получать достаточное количество ощущений, обеспечивающих активное состояние коры головного мозга. Следовательно, для эффективного развития эмоциональной сферы необходимо обеспечение различных сенсорных раздражителей.

Кроме игровой деятельности активизируют и насыщают эмоциональное развитие ребенка различные сюрпризные моменты, яркие эмоционально окрашенные события и ситуации (театральные постановки, детские фильмы и мультфильмы и пр.). Радостные переживания благотворно влияют на организм человека.

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Таким образом, создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении со взрослыми и детьми, ускоряется и облегчается протекание адаптационного процесса.