**Адаптация детей 3-4 лет к ДОО по средствам режимных моментов**

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение ребенок вынужден привыкать к новым условиям, адаптироваться в детском саду, в кругу сверстников и взрослых. Этот процесс для одних детей проходит незаметно, для других – оказывается травмирующим фактором. Термин «адаптация» происходит от латинского «аdарtаtiо», что означает «приспособление», «прилаживание». Под ним понимают приспособление организма и его функций, органов и клеток к условиям среды. Адаптация ребенка в ДОО направлена на сохранение сбалансированной деятельности систем, органов и его психической организации при изменившихся условиях жизни.

Р. С. Немов определяет адаптацию как «постепенное приспособление физиологических процессов, происходящих в органе чувств человека к физическим воздействиям на них в данный момент времени, например, глаза человека к яркости света, уха к громкости звука» [3, с. 70].

Адаптация ребенка 3-4 лет к условиям дошкольного учреждения может быть как социальной, так и психологической.

В педагогическом словаре по педагогике под социальной адаптацией понимается процесс и результат встречной активности субъекта и социальной среды, и эта адаптация предполагает согласование требований и ожиданий социальной среды по отношению к человеку с его установками и социальным поведение; это есть «процесс и результат становления индивида социальным существом» [2, с. 9].

По определению Р. С. Немова, психологическая адаптация – это «приспособление психологических свойств, состояний и процессов человека к тем условиям, в которых он в данный момент времени находится» [3, с. 70]. Психологическая адаптация ребенка в ДОО осуществляется путем усвоения им норм и ценностей, а основными ее проявлениями являются взаимодействие ребенка с окружающими людьми, его активная деятельность.

Необходимо отметить и еще один вид адаптации – сенсорную адаптацию, которая есть, со слов Р. С. Немова «приспособление органов чувств, их чувствительности к условиям восприятия воздействующих на данные органы чувств стимулов» [3, с. 71].

По мнению Л. С. Болотиной, дошкольник всегда активен со средой, в которой пребывает или ему нужно быть пребывать, и «его способность активно взаимодействовать с социальной средой, используя ее потенциал для собственного развития, и есть адаптация» [1, с. 232].

Таким образом, вышеуказанные определения дают возможность сделать вывод о том, что адаптация детей 3-4 лет в ДОО есть своеобразный уровень их приспособления к жизнедеятельности учреждения, удовлетворенности или неудовлетворенности своего пребывания в нем, а также собой.

Дошкольное образовательное учреждение реализует успешность адаптации ребенка 3-4 лет в ДОО посредством реализации педагогических условий, к числу которых можно отнести: способность образовательной среды учреждения реализовывать соответствие между предлагаемыми образовательными услугами и образовательными запросами ребенка и его семьи; создание условий поддержки развития и воспитания ребенка; учет индивидуальных и возрастных особенностей детей; создание положительной эмоциональной, предметно-развивающей среды; формирование положительных взаимоотношений детей друг с другом; организация и реализация образовательных и воспитательных услуг для каждого ребенка; использование демократического стиля педагогического общения; создание психологического комфорта для каждого ребенка, развитие его интересов, способностей и потребностей. Важным педагогическим условием успешной адаптации детей 3-4 лет в ДОО должна стать адаптированность дошкольной образовательной среды для каждого ребенка, которая заключаться в дружественном характере информационной и социальной среды учреждения, согласованности педагогических технологий, нацеленности на всестороннее развитие дошкольника.

При поступлении в детский сад у детей 3-4 лет может происходить первичная индивидуальная адаптация, то есть конформность, которая во многом будет определяться их межличностными отношениями. Однако, некоторые дети могут выбрать в качестве адаптации отклонение от принятых норм, и их поведение может не соответствовать установленным нормам. Поэтому сначала ребенок «входит» в среду детского учреждения «постепенно»: он может пребывать в группе лишь несколько часов (от двух до трех) во избежание дезадаптации или своего психологического дискомфорта. Причинами дезадаптации детей 3-4 лет в ДОО могут стать: отсутствие адекватного общения с ним сверстников или взрослых; длительная болезнь; долгая изоляция детей от среды повседневной жизни детского сада, группы; резкий переход детей от одного вида деятельности к другому. В числе средовых факторов дезадаптации детей 3-4 лет в ДОО могут выступать: недостаточность внимания родителей к общению детей; нездоровая семейная обстановка; подавление личности ребенка группой; негативное проявление воспитания. При резкой смене условий жизни и деятельности у детей 3-4 лет может происходить и переадаптация, когда смысловые их образования, а также цели и потребности перестариваются полностью, в значительной степени. При этом ребенок уже начинает нуждаться в реадаптации.

Отмечая важную роль дошкольных образовательных учреждений в адаптации детей, И. П. Подласый отмечает, что эти учреждения должны рассматривать адаптацию как естественное развитие детей и «их адаптационных возможностей в различных условиях среды детского сада» [4, с. 245]. Адаптация особенно важна в период поступления ребенка в детский сад или при выпуске из его стен.

Дошкольное образовательное учреждение стремится обеспечивать ребенка свою естественную самореализацию, социализацию. Для ребенка, например, это социализация в обстановке либо в условиях, которые для него оказываются наиболее благоприятными. Поэтому важнейшим педагогическим условием адаптации детей 3-4 лет является умения увидеть их реакцию на дискомфортность, заметить у них нетипичные проявления. Это требует от педагогов внимания к изучению причин дезадаптации детей; создания оптимальных для детей средовых условий; недопущения перегрузок; поддержки и приспособлению к новым условиях; тактики сотрудничества при взаимодействии «взрослый – ребенок». Основное педагогическое условие успешной адаптации детей 3-4 лет в ДОО – это самореализация, развитие способностей детей, их личностного роста.

Успешная адаптация детей 3-4 лет в ДОО может осуществляться посредством организации режимных моментов – чередовании различных по характеру и нагрузке видов деятельности, предохраняющих детей от физического и нервного переутомления. Организация режимных мероприятий имеет значение для воспитания детей, их адаптации в ДОО, так как, в ходе различных моментов, связанных с приемом пищи, выполнением гигиенических процедур, отдыха и так далее, происходит формирование культурно-гигиенических навыков и привычек, усвоение норм и правил поведения, формирование представлений об окружающих предметах и людях. В ходе режимных моментов у детей формируются активность, самостоятельность, умение выполнять действия в коллективе, поддерживать отношения с другими людьми. В ДОО проводятся несколько режимных моментов: утренний прием, игры, завтрак, занятия, прогулка, обед, дневной сон, водные процедуры, полдник, уход домой и так далее. К некоторым видам режимных моментов есть подготовка (занятия, обед, полдник, прогулка, сон).

В режиме дня каждый режимный момент играет важную роль и для адаптации детей 3-4 лет к ДОО. «Вхождение» детей в режим дня и осуществление режимных мероприятий для адаптации происходит постепенно. Так, сначала могут использоваться режимные моменты: приход в детский сад, завтрак, подготовка к завтраку, завтрак. Или один отдельный режимный момент (например, игры или прогулка). Например, продуманное и хорошо организованное проведение утреннего приема детей имеет большое значение не только в режиме дня, но и для их адаптации в ДОО. Воспитатель подсказывает ребенку, как нужно быть готовым к жизнедеятельности в группе, наблюдает, как ребенок приветствует сверстников, переодевается, моет руки и так далее, то есть проверяет не только внешнее состояние ребенка, но и его эмоциональное благополучие, уровень сформированности адаптацию в группу. Таким образом, дети 3-4 лет, приучаясь к режиму, строгому распорядку жизнедеятельности в ДОО способны успешно пройти сложную для них адаптацию.

**Список используемой литературы:**

1. Болотина, Л. Г. Дошкольная педагогика : учеб. пособие для студ. средн. и высш. пед. учеб. заведений / Л. Г. Болотина. – М. : Академия, 2009. – 240 с.

2. Коджаспирова, Г. М. Словарь по педагогике / Г. М. Коджаспирова. – М. : ИКЦ МарТ; Ростов н/Д. : МарТ, 2005. – 448 с.

3. Немов, Р. С. Психология : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений. – В 3-х кн. Кн. 2 : Психология образования / Р. С. Немов. – М. : ВЛАДОС, 2010. – 608 с.

4. Подласый, И. П. Педагога начальной школы : учебник для студ. пед. училищ и колледжей / И. П. Подласый. – М. : ВЛАДОС, 2004. – 399 с.