



**Возрастные особенности  
детей 3 – 4 лет.  
Адаптация к детскому саду  
детей младшего возраста.  
Советы и рекомендации  
для родителей .**

**Выполнила:  
педагог-психолог МБДОУ № 330  
В.А. Кауткина**

**Красноярск – 2018**



# Возрастные особенности детей 3 – 4 лет.

**Ребёнку исполнилось 3 года.** Это важный рубеж в его жизни – переход от раннего к дошкольному детству. Он поднимается на новую ступень своего развития, уже можно задуматься над его дальнейшей судьбой, и над тем, что можно сделать для того, чтобы он вырос умным, честным и счастливым человеком.

Именно в этот период закладываются основы будущей личности, формируются предпосылки физического, умственного, нравственного развития ребёнка, и чтобы это формирование было полноценным необходимо постоянное и умелое руководство со стороны взрослых.

Зачастую многие родители не видят изменений которые происходят с их ребёнком, не замечают в каком лице говорит о себе ребёнок, не видят его потребностей. Для нормального развития желательно чтобы ребёнок ощущал что все взрослые знают что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ и друг. Поэтому:

## **Как не надо себя вести.**

- Не надо постоянно ругать и наказывать ребёнка за все неприятные для вас проявления его самостоятельности.
- Не надо говорить "да" когда необходимо твёрдое "нет".
- Не подчёркивать свою силу и превосходство над ним.

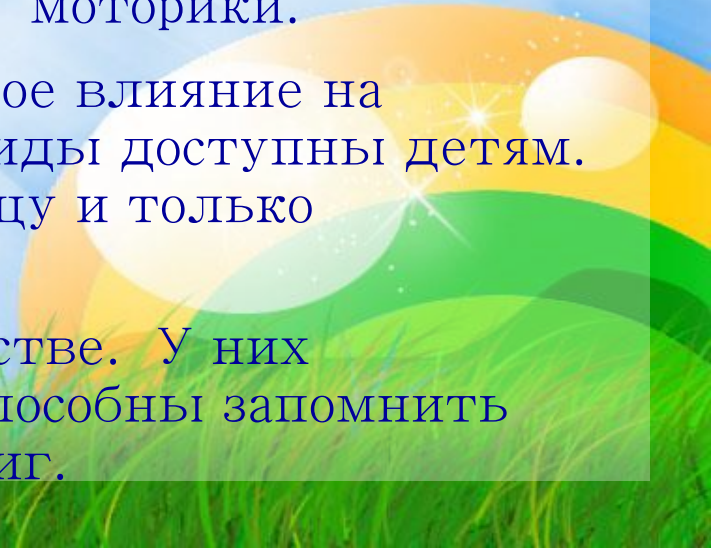


**В возрасте 3 – 4 лет** ребёнок постепенно выходит за пределы семейного воспитания. Взрослый становится для ребёнка не только членом семьи, но и носителем определённой общественной функции. Дети совершают действия с игрушками и предметами – заместителями, ограничиваются игрой с простыми ролями (*мамы, папы, бабушки*).

Игры с правилами только начинают формироваться. То, что рисует ребёнок зависит от его представлений о предмете. Образы бедны, отсутствуют детали, но дети уже могут использовать цвет. Под руководством взрослого дети способны вылепить простые предметы. Лепка имеет большое значение для развития мелкой моторики.

Аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия, простейшие её виды доступны детям. Конструируют они в основном по образцу и только несложные постройки.

Учатся ориентироваться в пространстве. У них развивается память и внимание, они способны запомнить значительные отрывки из любимых книг.





**В этом возрасте** начинает развиваться воображение, когда одни предметы заменяются другими, и дети способны устанавливать некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в играх. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Конфликты возникают преимущественно по поводу игрушек. А положение ребёнка во многом определяется мнением взрослого.

Управлять своим поведением ребёнок ещё не может, начинает развиваться самооценка, при этом дети ориентируются на мнение взрослого. Продолжает развиваться их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек.

В дошкольный период очень важно, чтобы у ребёнка развивался положительный образ "я" – чувство собственного достоинства, формирование которого зависит от условий жизни и воспитания, прежде всего в семье. Наиболее правильный ответ на самый трудный вопрос всегда будет связан с осознанием родительской любви к ребёнку. Самые главные слова, которые нужно сказать своему ребёнку: "Я тебя люблю, мы рядом, мы вместе, мы всё преодолеем".





# Адаптация к детскому саду детей младшего возраста.

В общем плане под этим процессом понимают приспособление индивида к новой среде и условиям. Такие изменения оказывают влияние на психику любого человека, в том числе и малышей, которые вынуждены приспосабливаться к саду.

Следует подробнее разобраться в том, что представляет собой адаптация к детскому саду. В первую очередь она требует от ребёнка огромных энергетических затрат, в результате чего детский организм перенапрягается. К тому же нельзя сбрасывать со счетов изменившиеся жизненные условия, а именно:

- отсутствуют поблизости мамы с папой и прочие родственники;
  - необходимо соблюдать чёткий дневной распорядок;
  - нужно взаимодействовать с другими детьми;
  - уменьшается количество времени, которое уделяется конкретному ребёнку (педагог общается одновременно с 15 — 20 малышами);
- 



Жизнь малыша изменяется коренным образом. Адаптационный процесс нередко чреват нежелательными сдвигами в детском организме, которые выражаются внешне в виде нарушенных поведенческих норм и «плохих» поступков. Стрессовое состояние, в котором находится ребёнок, пытаясь приспособиться к изменившимся условиям, выражается следующими состояниями:

- **нарушенный сон** – ребёнок просыпается со слёзками и отказывается засыпать;
- **сниженный аппетит (или его полное отсутствие)** – ребёнок не желает пробовать незнакомые блюда;
- **регрессия психологических умений** – ребёнок, прежде говорящий, умеющий одеваться, использовать столовые приборы, ходить в горшок, «теряет» подобные навыки;
- **снижение познавательного интереса** – малыши не интересуются новыми игровыми принадлежностями и ровесниками;
- **агрессия или апатия** – деятельные дети внезапно снижают активность, а прежде спокойные малыши выказывают агрессивность;
- **понижение иммунитета** – в период адаптации маленького ребёнка к детскому саду снижается устойчивость к инфекционным заболеваниям.

Таким образом, адаптационный процесс – сложное явление, во время которого поведение ребёнка может кардинально меняться. По мере привыкания к садику подобные проблемы исчезают или существенно сглаживаются.



# Советы для родителей для более благоприятного течения адаптации к детскому саду.

Процесс адаптации ребёнка в детском саду может протекать по-разному. Одни ребятки скорее привыкают к изменившейся обстановке, другие же надолго беспокоят родителей негативными поведенческими реакциями. Именно по выраженности и длительности вышеперечисленных проблем и судят об успешности адаптационного процесса.

Выделяют несколько степеней адаптационного процесса, характерных для малышей дошкольного возраста. Лёгкая, средняя и тяжёлая.

Чтобы процесс привыкания прошел максимально успешно, быстро и безболезненно, советуют заранее прививать будущему дошколёнку важные навыки.

Вот почему родителям следует знать, чему желательно научить ребёнка, отправляющегося в ДОУ.



- 
- **Самостоятельно одеваться и раздеваться.** В идеале трёхлетки уже должны снимать плавки, носочки, колготки, надевать майку и кофточку, куртку. С застёжками могут возникнуть сложности, однако приучать к ним всё же следует. Для этого можно купить игрушки-шнуровки. Кроме того, развесьте в комнате картинки с последовательностью одевания (их можно скачать бесплатно в интернете).
  - **Пользоваться ложкой /вилкой .** Облегчению привыкания способствует умение орудовать столовыми приборами. Для этого нужно отказаться от поильничков, бутылок, непроливаек.
  - **Проситься и ходить на горшок.** Следует избавляться от подгузников уже в полуторагодовалом возрасте, тем более что умение проситься и ходить в ночную вазу существенно упростит адаптацию, поскольку ребёнок будет увереннее себя ощущать среди умелых ровесников.
  - **Воспринимать разную пищу.** Для многих трёхлеток характерна избирательность в пище. В идеале родителям следует приблизить домашнее меню к садиковскому. Тогда завтраки и обеды в ДОО не станут напоминать войну между детьми и воспитателями.
  - **Общаться со взрослыми.** Довольно часто можно услышать своеобразную речь ребёнка, которая понятна только маме. Некоторые малыши вообще общаются жестами, справедливо полагая, что родители всё поймут. Перед садиком следует проследить за снижением лепетных слов и жестов.
  - **Играть с детьми.** Чтобы улучшить коммуникативные навыки ребёнка, необходимо почаще вводить его в детский коллектив. Регулярно ходить в гости к семьям с маленькими детьми, гулять на детских площадках, играть в песочнице.



# Рекомендации родителям по адаптации детей .

- Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышей , которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают».
- Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребятшек. Родители трудятся, а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым.
- Каждый раз, проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми.
- Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность. Он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон.
- Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми.
- Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садику.



**Любить ребёнка** – это не значит обладать им или жить рядом, а скорее чувствовать, угадывать, что ему нужно, и доверять ему.

Доверие же всегда связано с риском.

Но воспитание на доверии принесёт гораздо больше положительных результатов и радости как детям, так и взрослым.





**Спасибо за внимание.**