



КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

***ОСОБЕННОСТИ
АДАПТАЦИИ
РЕБЕНКА В ДОУ***

***ВОСПИТАТЕЛЬ:
Н.А. ПОЛЯКОВА***

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 для многих родителей после того, как они отдали своего ребенка в сад, наступает пора разочарования: детские слезы, капризы, отказы идти в сад, бесконечные болезни, невысказанные претензии и обиды в адрес воспитателей. Адаптация к условиям детского сада протекает подчас очень болезненно. Происходит серьезная перестройка всех его представлений и отношений с окружающими людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена условий может сопровождаться переживаниями ребенка, снижением речевой активности, игровой активности и нередко сказывается на здоровье ребенка.

Выделяется три особенности адаптации.

1 особенность:ребенок в период адаптации находится в состоянии срыва. Динамического стереотипа. В период адаптации эти стереотипы меняются.

2 особенность:стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменением гормональной системы организма.

3 особенность:в период адаптации иммунная система организма, его защитные механизмы ослабевают. И чаще всего, пребывая в ДООУ на 5-7 сутки, ребенок заболевает.

**Врачи и психологи различают три степени адаптации:
легкую, среднюю и тяжелую.**

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в ДООУ нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДООУ. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДООУ. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

Адаптационный период можно разделить на несколько этапов:

I этап - подготовительный.

Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно привыкнуть к новым для него условиям. Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка от переутомления. Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций. Как только в семье посчитают, что все эти задачи успешно решены и малыш подготовлен к приходу в детский сад, наступает следующий этап – в работу включается педагог, который непосредственно будет работать с ребенком в детском саду.

II этап – основной.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, сможет найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

III этап – заключительный.

Ребенок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

Адаптационный период считается законченным, если:

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими.
- Играет.



**Факторы, от которых зависит течение
адаптационного периода:**

- 1. Возраст ребенка.**
- 2. Общие физические данные и состояние здоровья.**
- 3. Схожесть домашнего режима и распорядка дня в детском саду.**
- 4. Навыки коммуникации в компании с детьми и взрослыми.**
- 5. Общий уровень психоэмоционального развития.**
- 6. Наличие навыков игровой и других видов деятельности.**

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ:

- 1. Несоответствие распорядка дня дома и в детском саду.**
- 2. У ребенка сформировались своеобразные привычки.**
- 3. Малыш не приучен к непродолжительному одиночеству и не может играть игрушками наедине с собой.**
- 4. Отсутствие навыков в соблюдении гигиены.**
- 5. Малыш редко находится в компании незнакомых людей.**
- 6. Отсутствие навыков самостоятельности (ребенок не умеет самостоятельно есть, одеваться и раздеваться и т.д.)**