

# *Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО*

## *ДЕТСКИЙ САД – НОВЫЙ ПЕРИОД В ЖИЗНИ РЕБЕНКА.*

Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения.

Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на садик плачем. Они еще слишком привязаны к матери и боятся всего нового, незнакомого. Каждый малыш при посещении детского сада испытывает трудности во время адаптации – привыкания организма к отличающемуся от раннего опыту жизни.

С первых дней жизни дома ребенку прививаются особые правила – определенный режим сна и бодрствования, виды деятельности, питание, характер взаимоотношений с окружающими, запреты и прочее.

Во время приспособления к яслям поведение и реакции ребенка меняются – малыш может много плакать и раздражаться, меньше и реже кушать, плохо спать. Однако подобные симптомы являются закономерной реакцией на новые условия жизни.

Ясли – это «фундамент» детского. Именно здесь дети учатся самым первым, необходимым гигиеническим навыкам, социализации, знакомятся с режимом, находят самых первых друзей и вникают в большой мир детского сада. Процесс адаптации требует больших затрат психической энергии, физических сил. Особенности привыкания зависят от индивидуально - личностных качеств ребенка.

## *КАК ПРОХОДИТ ПЕРИОД АДАПТАЦИИ?*

Адаптация малышей к яслям проходит несколько периодов, характеризующихся выраженностью определенных негативных реакций.

Острая фаза. На первом этапе наблюдается максимальная мобилизация детского организма. Малыш постоянно пребывает в возбужденном, напряженном состоянии. Он плаксив, нервозен, капризен, истеричен как в стенах дошкольного образовательного учреждения, так и дома.

Умеренно острая фаза. Выраженность негативных проявлений заметно снижается, малыш постепенно приспосабливается к изменившимся условиям жизни. Отмечается уменьшение возбудимости, нервозности, улучшение аппетита и сна. Однако на любом этапе протекания данной фазы вероятно возобновление негативных эмоций – истерики, плаксивость, нежелание расставаться с родителями.

**Компенсированная фаза.** Характеризуется стабилизацией психического состояния.

Малыш успешно находит способы взаимодействия с воспитателем и сверстниками, активно начинает осваивать новые навыки.

Адаптации невозможно избежать – это естественная реакция организма на изменившиеся условия. Одни дети успешно справляются со стрессом за несколько недель, другие пребывают в эмоциональном напряжении несколько месяцев. Поэтому, лучше ребенка адаптировать постепенно, начиная посещение детского сада по 2 часа в день. Очень важен позитивный настрой родителей воспитанника. Воспитатель также играет важную роль в процессе адаптации ребенка. Качество взаимодействия с малышом и с родителями влияет на то, как в целом пойдет весь процесс и как быстро он закончится.

### ***СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ***

- В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы;
- Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями.
- В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

***УДАЧНОЙ АДАПТАЦИИ!***