

«Адаптация детей к детскому саду»

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую для него среду и привыкание к ее условиям. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения , нужно рассматривать ,как процесс или приспособление функций организма ребенка к условиям существования в группе. Период адаптации один из самых сложных в жизни ребенка .для ребенка не посещавшего детское учреждение непривычно все, отсутствие близких, , присутствие незнакомых людей, большое количество детей, новый распорядок дня, новая пища, новая обстановка для сна. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно ,создавая для него стрессовую ситуацию, что приводит к капризам. страхам, отказу от еды, частым болезням. Каждый ребенок переживает период адаптации индивидуально. Некоторые малыши привыкают к новому режиму за пару недель и при этом отлично себя чувствуют. Другие малыши тяжело переносят адаптацию, они находятся в подавленном состоянии. Период продолжительности адаптации зависит от уровня развития малыша .его умения общаться. При установлении степени тяжести адаптации ук условиям дошкольного учреждения рассматривают: сон, аппетит, и эмоции. Выделяют 3 степени адаптации: легкая, средняя, тяжелая. Легкая адаптация длится до 16 дней. Поведение ребенка нормализуется в течение 2 недель, отмечается незначительное снижение аппетита, сон налаживается в течение 20-30 дней.

Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются , двигательная активность не снижается. Средняя адаптация продолжается от 1- 2 месяцев. Происходят нарушения в общем состоянии, настроение неустойчивое, качество сна страдает, наблюдается плаксивость в течение дня. Отношение ко взрослым избирательно. Тяжелая адаптация продолжается от 2- 6 месяцев .Ребенок часто болеет , теряет в весе, наблюдается ухудшение аппетита, нарушение сна, в коллективе чувствует себя неуверенно. Причинами тяжелой адаптации к условиям ДООУ является : у ребенка неумение занять себя игрушкой, несформированность культурно- гигиенических навыков, отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми. И перед нами взрослыми встает вопрос, как можно облегчить адаптацию. Главное . что мы можем сделать ,это создать такие условия Ю которые воспринимались бы ребенком ,как безопасные. Организация атмосферы эмоционального благополучия является неременным условием при которой возможно обеспечение психической и социальной безопасности детей. Чтобы поступление в детский сад прошло быстро и безболезненно к условиям дошкольного учреждения ,

необходимо готовить его к поступлению в детский сад. В первую очередь необходимо привести в соответствие домашний распорядок дня ребенка с режимом дошкольного учреждения. В выходные не меняйте режима дня ребенка. Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня детского сада, кто такие воспитатели. Научите ребенка .как обращаться к воспитателю ,как правильно заявлять о своих потребностях .Предупредите малыша ,что могут быть и трудности из – за того ,что там много деток ,а воспитатель один. С персоналом группы куда пойдет ваш ребенок вам необходимо познакомиться заранее, рассказать . Пусть эти разговоры станут для вас приятной традицией , такое общение сближает ребенка наполняет положительными эмоциями., нужными советами дающими дополнительный ресурс. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно , чтобы их продолжали брать на руки, обнимали. Укладывали спать. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из- за перегрузок нервной системы. Обнимите ребенка помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность. Приучайте к самообслуживанию , поощряйте попытки самостоятельных действий. К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь самостоятельно садиться на стул, самостоятельно пить из чашки, пользоваться ложкой, активно участвовать в одевании, умывании мыть руки при помощи взрослого, пользоваться полотенцем, носовым платком. Если ребенок начал ходить в детский сад вхождение в группу должно быть постепенно, в первые дни время пребывания должно быть сокращено до нескольких часов. Обговорите с воспитателем режим посещения на период адаптации. Поддерживайте дома спокойную обстановку. Не перегружайте информацией. Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы. Если ребенок легко расстается с родителями. Спокойно ложиться спать у него появились новые друзья, все эти перемены значат ,что все в порядке , малыш привык к детскому саду.