

 **АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ**

ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ

В ДЕТСКИЙ САД

НДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 248 ОАО РЖД»

Возраст ребенка с 1 до 2-2,5 лет характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поэтому адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно. Надо так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка. Если мы с вами объединим наши усилия, то обеспечим малышу эмоциональный комфорт.

***Адаптация* - это привыкание человека к новым обстоятельствам и новой обстановке, в конкретном случае - это привыкание малыша к детскому саду.**

Адаптация бывает трех видов:

1. *Легкая адаптация:* к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость - не более одного раза сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес без изменений.

2. *Адаптация средней тяжести:* поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление активности). Заболеваемость - до двух раз сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется или несколько снижается.

3. *Тяжелая адаптация:* характеризуется, во-первых, значительной длительностью (от двух до шести месяцев и больше) и, во-вторых, тяжестью всех проявлений.

Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными сдвигами.

В физиологическом и психологическом плане: повышение температуры и давления; уменьшение веса, временная остановка роста; снижение иммунитета, увеличение количества простудных заболеваний; увеличение нервозности; ухудшение сна; падение уровня речевой активности, сокращение словарного запаса; временное отставание в умственном развитии - может произойти своеобразный возврат в более ранний возраст.

В поведенческом плане: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, лень (своеобразный протест, желание обратить на себя внимание).

Но, конечно, ребенку легче будет адаптироваться, если вхождение в детский сад будет постепенным.

Педагоги вам подскажут и помогут регулировать этот процесс.

Наиболее благоприятным будет:

- ❖ **если вы с ребенком в первый день придете на прогулку;**
- ❖ **затем - в группу во время свободной игровой деятельности;**
- ❖ **далее оставите ребенка одного на 1-2 часа;**
- ❖ **следующий шаг - будете присутствовать во время завтрака и затем оставите ребенка на 2-3 часа;**
- ❖ **потом приведете ребенка и оставите одного с завтрака до обеда;**
- ❖ **затем оставите ребенка и на сон, сразу после сна заберете;**
- ❖ **последний шаг - целый день с утра до вечера.**

Такое вхождение в детский сад дает положительный эффект: дети легче привыкают к новой обстановке, меньше болеют, возникает контакт с родителями и педагогами, уменьшается число конфликтов и взаимных претензий между ними.

Наиболее благополучно период адаптации проходит у тех детей, чьи отношения с мамами отличаются спокойным, уравновешенным характером.

Такие мамы часто разговаривают с детьми, много им рассказывают, чувствуя страх и неуверенность ребенка, стараются рассеять их объяснениями. Для них характерен спокойный тон, ребенка они видят и слышат.

***КАК НУЖНО ВЕСТИ
СЕБЯ, ЧТОБЫ
ОБЛЕГЧИТЬ ПЕРИОД
АДАПТАЦИИ?**

Главный принцип воспитания :
БЕЗУСЛОВНОЕ ПРИНЯТИЕ РЕБЕНКА.

Безусловно принимать ребенка - значит любить его не за то, что он красивый, умный, помощник и т. д., а просто так, за то, что он есть.

Известный семейный психотерапевт В. Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день: четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день не только ребенку, но и взрослому.

Удовлетворение потребности в любви и принятии - необходимое условие не только в адаптационный период, но и нормального психического развития детей.

АЛГОРИТМ ПОСТЕПЕННОГО ВХОЖДЕНИЯ В ДЕТСКИЙ САД

Для малыша менее болезненное расставание с мамой - это постепенная разлука.

Поэтому была разработана система поэтапного привыкания ребенка к детскому саду.

Учитывая все особенности этого периода: страх новизны, обостренную чувствительность к разлуке с мамой, страх перед замкнутым помещением и т. д., был составлен алгоритм, по которому дети шаг за шагом привыкают оставаться на весь день без родителей.

АЛГОРИТМ ПОСТЕПЕННОГО ВХОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА В ДЕТСКИЙ САД :

1 шаг - приход ребенка вместе с родителями только на прогулку;

2 шаг - приход ребенка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности;

3 шаг - ребенок остается один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;

4 шаг - ребенок завтракает в присутствии родителей и остается один на 2-3 часа;

5 шаг - ребенок остается один с завтрака до обеда;

6 шаг - ребенок остается и на сон, но сразу после сна его забирают родители;

7 шаг - ребенок остается один на целый день.

Последовательность в реализации всех этапов алгоритма, шаг за шагом, минутка разлуки плюс еще одна и так далее - залог успешного вхождения малыша в детский сад.

И если эти минутки расставания мамы с ребенком будут в виде целенаправленной организованной деятельности, то малышу некогда будет вспомнить о том, где сейчас находится мама.

Переход на следующий шаг алгоритма вхождения осуществляется только после успешного преодоления ребенком предыдущего. Длительность каждого этапа зависит от степени тяжести адаптации малыша.

При взаимодействии родителей с воспитателями самое главное показать ребенку, что мама доверяет им.

ЕСЛИ ДОВЕРЯЕТ МАМА, ДОВЕРЯЕТ И РЕБЕНОК.

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ*

В НАШ ДЕТСКИЙ САД!

