

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад № 35
ст. Черноерковской
муниципального образования Славянский район

*«Адаптация детей
раннего возраста
к условиям детского сада»*



Детский сад - новый период в жизни ребенка. И самым сложным является период адаптации. Адаптация-это приспособляемость организма изменяющимся внешним условиям. Процесс, часто проходящий с напряжением и перенапряжением психических и физических сил детского организма. В привычную жизнь ребенка врываются такие изменения как: отсутствие родных рядом, режим дня, контакт со сверстниками, необходимость слушать незнакомого человека. Для того чтобы адаптация стала максимально безболезненной для ребенка: нужно сделать ее постепенной. Потому что каждый ребенок привыкает по-своему.

Потому как дети адаптируются к детскому саду, их можно разделить на три основные группы.

Легкая степень адаптации. Длится она от 10 до 20 дней. За это время у ребенка нормализуются сдвиги в поведении. Он спокойно заходит в группу. На контакт со сверстниками и педагогом идет по своей инициативе, может попросить о помощи или предложить ее сам. Придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечания и одобрения, умеет играть рядом с другими детьми и доброжелателен к ним.

Средняя степень адаптации. Она длится от 20-40 дней. В течение этого периода настроение у ребенка может быть не устойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, беспокойность сна. На замечания и поощрения реагирует не всегда адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения в группе.

Тяжелая степень адаптации. Длится от 2 до 6 месяцев. У малышек в этот период может случиться нервный срыв. Контакт с ребенком можно установить только через родителей. Замечание или похвала оставляют малышка либо безучастным, либо он пугается. Но постепенно все может уладиться, и в этом многое зависит от обстановки дома и правильного поведения родителей.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода? Исследования педагогов показывают, что характер адаптации зависит от следующих факторов:

- 1. Возраст ребенка.*
- 2. Состояния здоровья и уровня развития ребенка.*
- 3. Индивидуальных особенностей.*
- 4. Условий жизни в семье.*
- 5. Уровня тренированности адаптационных механизмов, опыта общения со сверстниками и взрослыми.*

Для того чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла как можно быстрее и легче, вам необходимо придерживаться следующих правил. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 2-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда. Дома, в выходные дни или во время болезни, необходимо соблюдать режим дня приближенный к режиму детского сада. При ярко выраженных отрицательных эмоциях, целесообразно воздержаться от посещения детского сада в течение 2-3 дней. Придумайте традицию-прощания или приветствия (пожатия руки, поцелуй в носик) эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию. Расставание нельзя затягивать, прощайтесь легко и быстро. Не вызывайте у ребенка тревогу. Ваше спокойствие и улыбка говорят малышу, что все в порядке и можно идти в группу. Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада. Ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью, кто обидел, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он быстрее и легче привык к новым условиям жизни. Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимание на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в период адаптации. Берегите его нервную систему. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с мамой. Маленьким детям важно, чтобы их брали на руки, обнимали. Поэтому дома старайтесь больше уделять внимания ребенку. Читайте ему на ночь, играйте с ним.

А самое главное условие успешной адаптации ребенка-готовность родителей, к тому, что их малыш пойдет в детский сад. Будьте терпеливы, проявляйте понимание. И очень скоро детский сад превратится для ребенка в уютный, хорошо знакомый мир.