

Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО



Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением.

Есть три этапа

- Тяжелая степень адаптации – ребенок отказывается играть, плохо ест и спит, капризничает, часто болеет.
- Средняя степень – малыш переменчив в настроении, аппетит и сон не устойчивы, если заболевает, то на 7-14 дней.
- Легкая степень адаптации – если ребенок без труда прощается с родителями, общителен с детьми и взрослыми, заболевает не более, чем на 7 дней.



Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение.

К 2-3 годам стереотип становится довольно устойчивым.

Конечно же вы очень волнуетесь, как он отреагирует на перемены в его жизни. С какими реальными проблемами, возможно придется столкнуться вам и малышу и как сделать процесс адаптации более мягким.



Легче всего пройдет адаптация у детей

- **Дети, чьи родители готовили их к посещению сада заранее. За несколько месяцев до этого события (это заключается в том, что родители читали сказочные истории про детский сад, гуляли возле сада...)**
- **Дети, физически здоровые, т.е. не имеющие хронических заболеваний (в этот период все силы ребенка напряжены, и можно направить на привыкание к саду, не тратя время на борьбу с болезнью)**
- **Дети, имеющие навыки самостоятельности (не надо тратить силы ребенка еще и на обучение всему необходимому)**
- **Дети, чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание)**
- **Дети, чей рацион питания приближен к саду.**

Советы родителям

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

Устройство лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов

(это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);

В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;

В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;

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, не принимайте и не посещайте гостей.

- **И дома и в саду говорите с малышом спокойно.**
- **Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, которым ему легче расстаться.**
- **Обязательно скажите, что вы придете и обозначьте, когда.**
- **У вас должен быть свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.**



Поверить, что малыш вовсе не «слабое» создание.

Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать.

Парадоксально, но факт, хорошо, что кроха плачет. Поверьте, у него настоящее горе.

Плачь – помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться.

Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за плачь.



Призовите на помощь сказку или игру.

Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неудобно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками.

И в ней ключевым моментом являются возвращение мамы за ребенком.

Ни в коем случае не прерывайте повествования. Пока не настанет этот момент.

Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвется сердце», когда она видит, как переживает ее малыш.

- **Нельзя пугать детским садом**
- **Нельзя плохо отзываться о воспитателях или о саде при ребенке.**



Признаки готовности ребенка к детскому саду:

- **Малыш может остаться без родителей;**
- **Легко знакомится со сверстниками и взрослыми, проявляет интерес.**



● **Главное помните, что это ваш малыш.**

Побольше проводите сейчас с ним времени.

**И вы убедитесь, что это тот же крохотный
человечек, который благодаря вам появился на
свет.**



Необходимое условие успешной адаптации-

согласованность действий родителей и воспитателей.

