**«Адаптация в ДОУ детей раннего возраста»**

«Что такое адаптация?»

**Адаптация-** как мера здоровья. Процессы адаптации доступны измерению и хорошо изучены.

Срыв адаптации-болезни.

Периоды адаптации.

Врачи и психологи различают три степени адаптации:

-легкую

-среднюю

-тяжелую.

При легкой адаптации:

В течении месяца у ребенка нормализуется поведение по тем показателям о которых говорилось выше. Он спокойно и радостно начинает относится к новому детскому коллективу. Аппетит снижается, но не намного и к концу первой недели достигает уровня, сон налаживается в течении одной-двух недель.

К концу месяца у него восстанавливается речь, игра, интерес к окружающему миру.

Отношения с близкими при легкой адаптации у малыша не нарушается, он достаточно активен, но не возбужден.

Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2-3 недели восстанавливается. Острых заболеваний не возникает.

Средняя адаптация:

Нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче и длительнее.

Сон и аппетит восстанавливается только через 20-40 дней.

Настроение – неустойчивое в течение месяца.

Значительно снижена активность: малыш становится плаксивым, малоподвижным, не стремится исследовать новое окружение, не пользуется ранее приобретенными навыками речи.

Все эти изменения держатся в течении 1-1,5 месяца.

Отчетливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это может быть функциональные изменение стула, бледность, потливость, «тени» под глазами, «пылающие» щечки , могут усиливаться проявление экссудативного диатеза.

Особенно ярко это проявляется перед началом заболевания, которое как правило, протекает в форме острой респираторной инфекции.

Тяжелая адаптация:

Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль.

Другой вариант тяжелой адаптации: неадекватное поведение ребенка настолько тяжело выражено, что граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и на долго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота .

Характер проведения в адаптационный период зависит от возраста детей.

Дети в возрасте от 10 мес. до 1 г. 6 мес. Трудно переносят расставание с близкими , отказываются от контактов с незнакомыми взрослыми и детьми. Сон их становится прерывистым и беспокойным. Нарушается аппетит ребенка, он часто отказывается от кормления, во время кормления наблюдаются случаи рвоты. Разрушаются ранние приобретенные привычки.

Ребенок перестает просится на горшок, речь его затормаживается. Бывают случаи, что ребенок, умея ходить, переходит на ползание и т.д.

На характер адаптации влияет уровень здоровья ребенка, часто болеющие дети значительно тяжелее переносят период привыкания. Дети, которые живут в многодетных семьях, в семьях с многочисленными родственниками, значительно быстрее привыкают к новым условиям.

Из всех причин трудного привыкания детей к новым условиям самой серьезной причиной следует считать отсутствие единства требований в семье и детском саду.

В первую очередь утончаются режимы в семье , рекомендуется перевести ребенка на соответствующий возрасту режим.

За несколько дней до приема малыша его родителей приглашают на индивидуальную беседу.

Воспитателю необходимо знать, какими игрушками заинтересовать ребенка, каким ласковым именем зовут его дома, чтобы можно было быстрее успокоить.

Если взрослые предполагают, что малыш может отказаться завтракать в детском саду, переживая разлуку с близкими, следует покормить его дома.

Привести ребенка в группу к 8:30, но забрать примерно в 11-11:30 перед обедом.

Малыш пообедает дома и спокойно можно дать.

Усилие родителей в первые дни пребывания ребенка в детском саду должны быть направлены на то, чтобы как можно быстрее помочь воспитателю установить контакт с ребенком.

Для того чтобы воспитатели как можно быстрее смогли установить тесный контакт с вновь поступающими детьми, следует принимать в группу не более 2-3 человек на одновременно, с интервалом 4-5 дней.

**Эти трудные первые дни**

Представьте себе, что Вы оказались в совершенно незнакомой обстановке, поступили на новую работу или переехали в другую квартиру.

Вы незнакомы ни с соседями, ни с коллегами. Первые недели целиком уйдут на то, чтобы освоится на новом месте, завязать знакомство. Вечером вы уже без сил, едва можете разговаривать, смертельно усталой падаете в постель. Тоже самое происходит с ребенком, когда вы в первые отправляете его в детский сад. Родители часто недооценивают, какая это для него глубокая перемена. Ребенку приходится впервые утверждать себя в чужом мире, не имея возможности убежать к маме.

Сперва идет период ориентации. Дети ведут себя сдержанно, присматриваются, мало разговаривают. Они хотят уяснить какие правила действуют в этом непривычном для них мире, чего от них ждут. Примерно через неделю начинается период вхождения в коллектив. Завязываются первые контакты. Чтобы понравится, дети рассказывают о себе, иногда раздают подарки, спрашивают можно ли им поиграть вместе с другими. Затем следует период самоутверждения. Чтобы найти и закрепить свою место в коллективе, новички целенаправленно состязаются за благосклонность лидеров группы. Эта изнурительная борьба, потому что они постоянно конкурируют друг с другом и должны считаться с тем, что их могут отвергнуть.

**Вашему ребенку во время адаптации необходимо:**

**Разрядка**. Непосредственно после детского сада не тащите ребенка с собой в магазин или на детскую площадку. Возможно даже, что ребенку захочется спать.

**Время для себя.** В этот период ребенок иногда наслаждается возможностью побыть одному, поиграть со своими игрушками. Не приглашайте в гости ребят, если ему этого не хочется.

**Понимание.** По возможности сохраняйте спокойствие, даже если ребенок чаще стал «срываться», капризничать. Это для него своеобразная отдушина, чтобы избавится от внутреннего напряжения, стресса.

Чувство защищенности помогает ребенку легче справится с трудностями начального периода.

Поддержите его особо нежным общением. Ему нужна уверенность, что даже дав волю своим эмоциям, он тем не менее любим в Вами.