**АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОУ**

Каждая семья оформив своего малыша в детский сад сталкивается с определёнными трудностями и самая первая из них это адаптация ребёнка к ДОУ.

Одни малыши проходят этот период незаметно и «безболезненно», другие начинают часто болеть, третьи обнаруживают наличие психологических трудностей и т. д. Что же такое адаптация и как определить её течение?

**Специалисты Академии медицинских наук, наблюдая за детьми раннего возраста в период адаптации, установили следующее.**

* У детей возникают сдвиги в функциональном состоянии организма, сопровождающиеся отчетливым изменением эмоционально-поведенческих реакций и другими клиническими появлениями.
* Отмечаются реакции «биологической осторожности» или протеста, которые выражаются в виде плача, страха, агрессивных действий или общей заторможенности, негативизма.
* Социальные контакты и речевая активность уменьшается вплоть до полного исчезновения.
* Дети теряют часть приобретенных ранее навыков.
* Резко снижается аппетит, нарушается продолжительность и глубина сна.
* Происходит задержка темпов нервно-психического и физического развития.
* Соматические изменения проявляются в потере массы тела, побледнении кожи, сухости слизистых, похолодании конечностей, учащении пульса.
* У часто болеющих детей и у  детей с пограничными состояниями обнаруживаются расстройства в виде энуреза (ночное недержание мочи), энкопреза (недержание кала), неустойчивости стула, обострения кожных высыпаний.

**КРИТЕРИИ АДАПТАЦИИ РАЗРАБОТАННЫЕ ИНСТИТУТОМ ПЕДИАТРИИ**

***Легкая степень адаптации***

К двадцатому дню пребывания в ДОУ у ребенка нормализуется сон, он нормально начинает есть. Настроение бодрое, заинтересованное, в сочетании с утренним плачем. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребенок поддается ритуалам прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может  быть как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающему восстанавливается в течение двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Заболеваемость не более одного раза, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес без изменений. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют.

***Средняя степень адаптации***

Нарушения в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон восстанавливается лишь через 20-40 дней, качество сна тоже страдает. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОУ. Отношение его к близким – эмоционально-возбужденное (плачь, крик, при расставании и встрече). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется, либо речевая активность замедляется. В игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная. Отношение к взрослым избирательное. Заболеваемость до 2-х раз, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется или несколько снижается. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щечки, шелушение кожи – в течение полутора-двух недель.

***Тяжелая степень адаптации***

Ребенок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами; аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, функциональные нарушения стула бесконтрольный стул. Настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОУ. Отношение к близким – эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия. Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности. Речью не пользуется или имеет место задержка речевого развития на 2-3 периода. Игра ситуативная, кратковременная.

Тяжелая степень адаптации может проявляться в двух вариантах:

* Нервно-психическое развитие отстает на 1-2 квартала, респираторные заболевания – более 3 раз, длительностью более 10 дней, ребенок не растет и не прибавляет в весе в течение 1-2 кварталов.
* Дети старше 3-х лет, часто болеющие, из семей с гиперопекой со стороны взрослых, заласканные, занимающие центральное место в семье, поведенческие реакции нормализуются к3-4 месяцу пребывания в ДОУ, нервно-психическое развитие отстает на 2-3 квартала (от исходного), замедляется рост и прибавка в весе.

**Невротические реакции:**

* Рвота,
* Пристрастие к личным вещам.
* Наличие страхов.
* Неуправляемое поведение.
* Стремление спрятаться от взрослых.
* Истерические реакции.
* Тремор подбородка, пальчиков.