***Консультация для родителей***

***«Особенности адаптации детей к условиям ДОУ»***

*Детский сад для ребенка – это новое окружение, новая обстановка, еще неизвестное пространство, новые люди. Процесс вхождения ребенка в эту новую для него среду и привыкание к ее условиям и принято называть адаптацией, эффективность которой определяет сохранение физического и психического здоровья организма человека. Различают биологическую и социальную адаптацию.*

*В период первого пребывания ребенка в дошкольном учреждении проявляется так называемая биологическая адаптация, которая в узком смысле означает перестройку физиологических систем организма, обеспечивающую целесообразное приспособление к новым условиям жизни. Ребенок должен привыкнуть к новому воздушному и световому режиму, новому распорядку дня, к изменению в питании.*

*Изменения в привычном порядке жизни незамедлительно сказываются на поведении малыша, приводят к появлению отрицательных реакций. Детки, как правило, становятся более плаксивыми и замкнутыми. Это объясняется тем, что жизненный опыт ребенка еще пока невелик и приспособление к новым условиям представляет определенную трудность.*

*С приходом в детский сад меняется и социальное положение ребенка. Он становится членом детского коллектива, вступает в первые контакты с еще незнакомыми взрослыми и сверстниками. Ребенку нужно перестроиться, изменить свое поведение, что требует от него больших усилий. Поэтому наряду с биологической адаптацией осуществляется также и социальная адаптация. Она предусматривает способность человека в зависимости от новых социальных условий изменять свое поведение. Социальная адаптация – это состояние гармонии между индивидом (т.е. ребенком) и социальной средой.*

*Ребенок впервые начинает осваивать навыки общения с окружающими людьми, придя в детский сад. Его жизнь организуется взрослыми, уже не членами семьи. Поэтому ему необходимо быстро адаптироваться к изменяющимся условиям, перестроить уже имеющиеся формы поведения и привычки. Особое значение в период адаптации имеет потребность детей в общении. Есть дети, которые уверенно и с достоинством вступают в новое для них окружение детского сада: они обращаются к воспитателю, к помощнику воспитателя, чтобы узнать о чем-нибудь. Другие сторонятся чужих взрослых, стесняются, опускают глаза. А есть и такие дети, которых общение с воспитателем пугает. Такой ребенок старается уединиться, отворачивается лицом к стене, чтобы только не видеть незнакомых людей, с которыми он не умеет вступить в контакт.*

*Опыт общения ребенка с окружающими, полученный им до прихода в детский сад, определяет характер его адаптации к условиям детского сада. Поэтому именно знание содержания потребностей ребенка в общении является тем ключиком, с помощью которого можно определить характер педагогических воздействий на него в адаптационный период.*

*Выделяют три группы детей по присущим им различиям в поведении и потребности в общении. Как правило, чем уже круг общения в семье, тем длительнее происходит адаптация ребенка в детском саду.*

*Первая группа - это дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Адаптационный период у таких детей длится от 20 дней до 2-3 месяцев.*

*Если до поступления в детский сад ребенок постоянно находился с мамой или с бабушкой, то утром, когда его приводят в детский сад, с трудом расстается с родными. Затем весь день ожидает их прихода, плачет, отказывается от любых предложений воспитателя, не хочет играть с детьми. Он не садится за стол, протестует против еды, против укладывания спать, и так повторяется изо дня в день.*

*При поступлении в детское учреждение плачут в основном дети, которых можно условно отнести к первой группе. Такие дети глубоко переживают расставание с родными и близкими, т.к. не имеют опыта общения с посторонними людьми они, не готовы вступать с ними в контакт.*

*Вторая группа - это дети, у которых уже сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, в совместных с ними действиях и получении от них сведений об окружающем.*

*Дети, условно отнесенные ко второй группе, до поступления в детский сад приобрели опыт общения с взрослыми, не являющимися членами семьи. Это опыт общения с дальними родственниками, с соседями. Придя в группу, они постоянно наблюдают за воспитателем, подражают его действиям, задают вопросы. Пока воспитатель рядом, ребенок спокоен, но детей он боится и держится от них на расстоянии. Такие дети, в случае невнимания к ним со стороны воспитателя могут оказаться в растерянности, у них появляются слезы и воспоминания о близких. Период их привыкания длится от 7 до 10-20 дней.*

*Третья группа - это дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях, в общении с взрослыми на познавательные темы. Эти дети привыкают в течение 3-10 дней.*

*В практике нередки случаи, когда ребенок в первые дни приходит в группу спокойно, самостоятельно выбирает игрушки и начинает с ними играть. Но, получив, например, за это замечание от воспитателя, он резко и в отрицательную сторону меняет свое поведение. Следовательно, когда содержание общения воспитателя с ребенком удовлетворяет потребностям в нем, это общение формируется успешно, ребенок безболезненно привыкает к условиям жизни в детском саду. Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям, имеющемуся у него опыту.*

*Воспитателю необходимо знать, что содержание потребности детей в общении в процессе привыкания к детскому саду качественно изменяется. Дети, условно относимые к первой группе, могут при благоприятных условиях быстро достичь уровня общения, характерного для детей второй и даже третьей группы и т.д.*

*Существуют значительные различия адаптационных возможностей детей раннего возраста. На характер привыкания ребенка оказывают влияние множество факторов. Это и возраст ребенка, и состояние здоровья, его опыт общения с окружающими.*

*Различают 3 степени тяжести прохождения адаптации в детском саду: легкая, средняя и тяжелая адаптация.*

*При легкой адаптации у ребенка наблюдается непродолжительное негативное эмоциональное состояние, которое выражается в ухудшении аппетита и сна, отрицательном поведении малыша, в снижении его речевой активности. В этом случае период привыкания составляет 10 – 15 дней.*

*В случае адаптации средней тяжести могут происходить значительные сдвиги в поведении ребенка, нарушается его речь. Также могут появиться легкие заболевания без осложнений продолжительностью 7 – 10 дней. Такая адаптация проходит в течение 15 – 40 дней с момента прихода ребенка в детское учреждение.*

*При тяжелой адаптации привыкание ребенка идет длительно и сложно, затягивается порой на два и более месяца. Наблюдается замедление темпов физического развития, задержка в речи и психики, нарушение в поведении малыша. Продолжается адаптация такая до 2- 3 месяцев.*

*Трудности адаптационного периода тесно связаны с предшествующими условиями воспитания, под влиянием которых формируется система высшей нервной деятельности ребенка. Поэтому так важно с первых дней пребывания ребенка в детском учреждении правильно организовать педагогический процесс с учетом этих трудностей.*

*Проходит время и адаптационный период заканчивается. Первые положительные сдвиги можно отметить в стабилизации эмоциональной сферы. Ребенок быстро успокаивается, расставшись с мамой, все реже плачет в течение дня. Спокойное состояние приводит к тому, что у малыша появляется аппетит, и он благосклонно принимает помощь взрослого во время обеда, хотя и не всегда съедает положенную норму. Со временем он перестает плакать при расставании с родителями, адекватно реагирует на предложения взрослого. У него появляются положительные сдвиги в поведении: отвечает на вопросы, в какой-то степени обслуживает себя, может заняться игрой. Это свидетельствует о завершении адаптационного периода. Самым последним и значительным показателем окончания адаптационного периода служит спокойный и достаточный по длительности сон малыша, как в дневное, так и в ночное время.*

*Таким образом, можно сделать вывод, что резкий подъем напряжения и беспокойства, нарушение эмоционального состояния большинства детей - показатели высокой значимости для них момента поступления в ДОУ. Эта ситуация требует особого внимания взрослых - родителей и педагогов-воспитателей.*

*Для успешной адаптации ребенка раннего возраста к условиям дошкольного учреждения необходимо, прежде всего, создать у него положительную установку, положительное впечатление о детском саде, чтобы он ходил туда с желанием. А это зависит в первую очередь от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе.*

*Итак, можно сказать, что для ребенка отрыв от семьи, помещение его в изолированную детскую среду, да еще в совершенно незнакомой обстановке, оказывается именно такой неблагоприятной ситуацией. Поэтому нужно создать такие условия в ДОУ, которые воспринимались бы ребенком как безопасные. Только чувство защищенности поможет ребенку приспособиться к новым условиям.*