***КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ “АДАПТАЦИЯ К ДОУ “***

*Подготовила воспитатель МБДОУ ДС№2 Кравцова Е.Н.*



*С рождения у ребёнка формируются адаптационные механизмы, так, в семье в определённых, сравнительно устойчивых условиях, ребёнок постепенно приспосабливается к условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к окружающим влияниям. Организм ребёнка постепенно приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.*

 *Когда установленный в семье порядок в силу каких-то причин изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые. Недостаточно развиты у ребёнка адаптационные механизмы, в частности слабые тормозные процессы и относительно мала подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т. е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. Например:*

*-нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)*

*-нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)*

*-нарушения эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).*

*Иногда встречается повышение температуры тела, изменения характера стула, регресс в развитии (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)*

 *Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста*

*ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже.*

 *Ниже приведена информация, следуя которой родители и воспитатели сделают адаптационный период более лёгким и безболезненным. Итак, что должны знать и уметь родители:*

*1. Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и*

*навыки в обстановку детского сада.*

*2. Неформальное посещение детского сада. Т.е. прогулки по территории и сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть очень красочный и, несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе*

*показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.*

*3. Т.к каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).*

*4. В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3часов.*

*5. Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые дляпрогулок, игр. Это позволяет быстрее определить группу поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых*

*контактов.*

*6. Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствииблизкого человека. В первый день кратковременное знакомствос воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком ивоспитателем в новой ситуации.*

*7. Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.*

*8. Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.*

*НЕОБХОДИМО*

*? до приёма выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (анкета).*

*? в первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.*

*?*

*приблизить домашние условия к особенностям д/с: внести элементы*

*режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя*

*обслуживать и т.п.*

 *Важно понимать, что не все мгновенно увидят плоды своих трудов, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до2-3 месяцев. Особенно, если ребёнок заболел, в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления, ребёнку приходится привыкать заново. Но, поверьте, что это не показатель. Не следует равняться на ребёнка соседки, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Ведь все дети разные, к каждому нужен свой подход.*

 *С Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша*

*любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй, опирающаяся на знания возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей ребёнка и необходимых условий воспитания ребёнка до*

*поступления в детский сад, позволит решить проблему адаптации на должном уровне.*