«Адаптация ребенка к условиям ДОУ."

К двум годам жизни у ребенка складывается свой мир, в котором он чувствует себя уверенно и защищено. Изменение социальных стереотипов нарушает состояние малыша, требует напряжения адаптационных механизмов. Типичной картиной состояния, когда ребенок остается один на один в изменившихся условиях, является его приход в ДОУ.В привычном, сложившимся жизненном укладе ребенка появляются следующие изменения:

* Четкий режим дня;
* Отсутствие родных рядом;
* Длительный контакт со сверстниками;

Резкое уменьшение персонального внимания именно к нему; Особенности нового пространственно-предметного окружения;

Выделяют три степени адаптации:

Легкую- характеризуется незначительными отклонениями в поведении, редкими респираторными заболеваниями.

Среднюю- отклонение в поведении приобретают выраженный характер, но не требуют серьезной медикаментозной коррекции. Острые респираторные заболевания встречаются часто, но протекают без осложнений.

Тяжелую- изменения поведения требуют медикаментозной коррекции и наблюдение у специалистов. Частые респираторные инфекции.

Дети двух лет, как правило, переживают среднюю или тяжелую адаптацию. Дети трех лет обычно более устойчивы к стрессовым факторам. У них больше самостоятельности в поведении, опыта общения со взрослыми и сверстниками. Поэтому для трехлетнего ребенка характерна легкая адаптация.

***Какие же нарушения в поведении могут возникнуть вовремя адаптационного периода?***

В первую очередь нарушается сон (длительное засыпание, укороченный, беспокойный, поверхностный).

Отмечается нарушение аппетита (избирательность, отказ от приема пищи, анорексия вплоть до невротической рвоты).

У ребенка могут измениться настроение и характер. Проявляются безразличие, негативизм, неустойчивость и пассивность поведения, болезненная потребность в защите у любого взрослого, снижается двигательная активность, нарушается контактность как со взрослыми, так и с детьми.

Кроме того, могут отмечаться внутренняя напряженность, скованность, чрезмерно бурная или, напротив, безразличная реакция на расставание с родителями, постоянные слезы и хныкание. Концом периода адаптации принято считать момент, когда на смену отрицательным эмоциям приходят положительные и восстанавливаются регрессирующие функции.

***Как же облегчить течение адаптации?***

В первую очередь, необходимо помочь родителям. Взрослые сами могут создать обстановку тревожности, страха, это и болезненное расставание с ребенком и недоверчивое отношение к педагогам. Поэтому, хорошо проводить беседы, консультации, практические мероприятия. Беседы должны проходить в теплой, доверительной и доброжелательной атмосфере. Познакомить родителей с другими специалистами детского сада.

Дать родителям рекомендации о том, как готовить ребенка к посещению ДОУ:

* Необходимо рекомендовать, за 3-4 месяца до поступления ребенка в ДОУ, придерживаться дома режимных требований данной группы.
* Заранее ознакомиться с меню, по возможности готовить дома некоторые блюда. .
* Подобрать ребенку удобную одежду и обувь.
* Позаботиться о навыках самообслуживания у ребенка.
* Приводить ребенка в детский сад заблаговременно, чтобы он успел перед завтраком поиграть(успокоиться).
* Приводить ребенка в детский сад, вначале на 2 часа, постепенно увеличивая время пребывания.
* Рассказать воспитателю об индивидуальных особенностях малыша, чтобы педагогу было легче найти к нему подход.
* Можно дать ребенку в сад его любимую игрушку.
* Придя с ребенком в детский сад и раздев его, будьте спокойны при расставании.
* Обязательно смотрите рисунки и поделки своих детей.
* Обязательно хвалите малыша. Это придаст ему уверенности в себе.
* Не пугайте ребенка детским садом и воспитателями.
* Прислушивайтесь к советам педагогов, так как они с вашим ребенком находятся большую часть времени и готовы вам помочь.

***Для воспитателя важное место должно занимать сотрудничество с родителями, чтобы с обеих сторон к ребенку предъявлялись единые требования***. Воспитатель должен быть внимательным, терпеливым, отзывчивым спокойным, способным обеспечить в группе благоприятный эмоциональный климат. Во время адаптационного периода использовать гибкость в режимных процессах, использовать индивидуальный подход к каждому ребенку. Получить максимум информации о будущем воспитаннике.

В педагогической литературе описаны разнообразные формы, методы, приёмы, обеспечивающие успешную адаптацию. Чем богаче методическая копилка по данному вопросу, тем легче искать подходы к своим воспитанникам и их родителям. Этот опыт желательно постоянно обогащать и накапливать.