

Уксянский детский сад «Рябинушка»-структурное подразделение
МБОУ «Уксянская СОШ»

Консультация для родителей

*«Что такое адаптация
детей в детском саду?»*

Воспитатель: Нечеухина О.Н

Сентябрь, 2023

«Что такое адаптация детей в детском саду?»

Адаптация - это привыкание ребенка, к новым социальным условиям, обусловленное спектром индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка.

Когда ребенок приходит впервые в детский сад, происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, нарушение привычного образа жизни. Эта резкая смена условий может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой и игровой активности, снижением аппетита, ухудшением сна, что нередко сказывается на здоровье ребенка.

Для ребенка, не посещающего детское учреждение, непривычно все:

- отсутствие близких;
- присутствие незнакомых взрослых;
- большое количество детей;
- новый распорядок дня и т.д.

Новая обстановка и условия вызывают бурные реакции и выводит ребенка из его привычного равновесия, а чтобы этого избежать необходимо следовать некоторым **рекомендациям**:

1. До дня поступления ребенка в детский сад рекомендуем предварительно познакомить ребенка с детским учреждением (на прогулке, в группе), с воспитателем и той незнакомой средой, в которой он окажется.
2. Родителям необходимо ознакомиться с нашим режимом дня, содержанием меню и постараться приблизить домашние условия к режимным моментам в детском учреждении.
3. Подготовить ребенку подходящую одежду и обувь по размеру.
4. Если предполагаете, что ребенок будет волноваться и беспокойно реагировать на новые условия социума, то необходимо придумать «ритуал расставания» например: «Я обязательно за тобой приду, а пока вот тебе мой поцелуй в ладошку клади его в карман и не потеряй, если загрустишь мой поцелуй всегда с тобой».
5. Все обещания, которые от вас услышит ребенок в адаптационный период, придётся выполнить: если вы скажете, что приду за тобой, когда ты покушаешь, ребенок будет ждать, а вы не придете, то в следующий раз уже на ваши обещания и уговоры реагировать будет по-другому.

Степени адаптационного периода.

При поступлении ребенка в детский сад мы заводим адаптационный лист, в котором описываем все наши наблюдения: какой у ребенка аппетит, сон, эмоциональное состояние. Наблюдаем за его игровой деятельностью в среде группы и со сверстниками, а также следим за его речью.

Существует три степени адаптации:

1. Легкая степень адаптации. Принято считать, что требуется 10-14 дней на привыкание ребенка к новым условиям, конечно ребенок плачет, грустит по маме, капризничает, иногда отказывается кушать, отказывается оставаться на сон, но в течении 10-14 дней ребенок привыкает и все эмоциональные проявления завершаются: возвращаются все навыки (речь, аппетит, самообслуживание). Ребенок спокойно расстается с родителями (законными представителями), заходит в группу, привыкает к питанию в детском саду и дальше все процессы происходят спокойно без эмоциональных перепадов при этом заболевания вирусных инфекций (ОРВИ, грипп и т.д.) или психосоматические заболевания практически отсутствуют.

2. Средняя степень адаптации. Этот период более продолжителен, считается, что требуется около 30-45 дней для привыкания к новой среде. Ребенок так же плачет, отказывается от пищи, у него протест на выполнение культурно-гигиенических процедур, не хочет оставаться на сон, таким образом сон откладывается на неопределенный период. Причиной такого поведения является не только новые условия, но и в том числе если ребенок не сепарирован т.е. не приучен находиться без мамы определенный период, то адаптация затягивается и ребенок всячески будет психосоматически отодвигать момент привыкания к детскому саду, что повлияет на его здоровье и по выходу с больничного вся история будет повторяться.

3. Сложная степень адаптации. Продолжительность данной степени занимает до полугода. Ребенок в течении всего дня так же плачет, капризничает, отказывается от пищи, отказывается ходить по требованиям организма или ходит мимо горшка, совсем отказывается от сна и это все перерастает в большую «проблему» для ребенка, потому что психологически он будет истощаться, иммунитет снижаться и это все перерастет в тяжелые, продолжительные заболевания: резкое поднятие температуры, появление сильного кашля, обильного насморка, жидкого стула, рвоты и т.д. Через определенное время как бы тяжело ребенку и родителям не было все приходит в норму.

Принято выделять еще одну степень адаптации – это *отложенная адаптация*. Когда малыш приходит в детский и у него не наблюдается никаких эмоциональных перепадов. У ребенка хороший аппетит, сон, психосоматическое состояние, но по истечению неопределенного времени так же начинает реагировать на новые условия капризами и плачем, но со временем привыкает и все проявления проходят.