ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«СЛОБОДСКИЕ ЯСЛИ-САД №8 ПРУЖАНСКОГО РАЙОНА»

Адаптационный период в детском саду.

Человек в процессе своего развития постоянно соприкасается как с физической, так и социальной средой. Именно находясь в социуме, человек приобретает индивидуальные человеческие качества и свойства. Следовательно, адаптация человека осуществляется за счет сложных механизмов физиологической, психологической и социальной адаптации.

С поступлением ребенка 1.5 - 3 летнего возраста в учреждение дошкольного образования в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, скрывающее в себе много неизвестного, а значит и опасного, другой стиль общения. Все эти изменения одновременно создают для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям *(капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни)*. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит от знакомой и обычной для него семейной среды в среду детского дошкольного учреждения.

Начальный период посещения детского сада очень сложен для детей. Чтобы облегчить процесс адаптации, важно уделять ребенку в этот период особое внимание и готовить его к посещению детского сада заранее.

Ведут себя дети в этот период по-разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи реагируют достаточно спокойно.

Различают три степени тяжести прохождения адаптационного периода

- легкая адаптация – ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель;

- адаптация средней тяжести – в течении всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность беспокойность сна. Этот период длится 20 – 40 дней.

- тяжелая адаптация – длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки: ребенок грызет ногти, сосет палец.

Духовно-душевная жизнь маленького человека, чрезвычайно сложна не только на осознаваемом, но и на неосознаваемом уровне. Это все надо пережить и нам *(взрослым)* в это время надо вести себя правильно.

Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми — ребенок может отказываться от «детсадовской***»*** еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным… Естественные чувства любой матери – жалость, сострадание и, возможно, даже чувство вины за причиненные страдания. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

Помимо режима, в подготовке помогут следующие мероприятия. Почитайте малышу сказку о том, как мишка или лошадка отправились в детский сад, что там происходило, как там интересно, что они там кушали, как за ними возвращались *(а не забирали)* их мамы – медведицы и мамы – лошадки. Какими малыши стали взрослыми, умными, как много игрушек, друзей, праздников.

Поиграйте в детский сад в разных ролях: пусть малыш будет или воспитанником, или воспитателем, или поваром, или доктором *(а вы или зайка – детьми)*.

Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность.

Также хочу сказать о том, что если ваш малыш еще не посещал сада, то лучше начинать постепенно. Не нужно сразу оставлять малыша на весь день. Даже если вам кажется после пары дней, что ребенок уже готов, это не значит, что так оно и есть. Даже после недели нормального хождения в сад, ребенок может начать капризничать, отвергать походы в садик. Поэтому стоит забирать ребенка пораньше, всегда говорить, что я обязательно приду, я о тебе помню, я тебя люблю.