

## ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

В настоящее время проблема адаптации детей является одной из актуальных. Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

С поступлением ребёнка в дошкольное учреждение в его жизни происходит **ряд серьёзных изменений:**

- ✓ ежедневное соблюдение режима;
- ✓ отсутствие самых близких и родных людей;
- ✓ постоянный контакт со сверстниками.

Процесс протекания адаптации, прежде всего, связан с возрастом ребёнка. Легче приспосабливаются дети в возрасте до 6 – ти месяцев, у которых стереотипов ещё немного, либо в более старшем возрасте (после 2 – х лет), которые имеют уже некоторый жизненный опыт. Чувство привязанности к близким людям имеет прямое отношение к формированию адаптационных механизмов.

Наиболее сильная привязанность к взрослому в 1 год – 1,6 года и несколько уменьшается к 2,5 годам – 3 годам, в связи с тенденциями к самостоятельности.

Проблема заключается в том, что приспособление к новым условиям требует разрушения некоторых сложившихся ранее связей и образование новых. В этом плане, это очень сложный период, как для ребёнка, так и для взрослых.

Адаптационный период протекает у детей по – разному, это зависит от ряда факторов и в первую очередь от того насколько ребёнок подготовлен в семье к переходу в детский сад, насколько будут согласованы действия родителей (законных представителей) и педагогов.

Чаще адаптационный период сопровождается целым рядом негативных изменений. **Основными показателями** изменений в поведении ребёнка в данный период являются:

### **1 показатель – эмоции ребёнка.**

В первые дни пребывания ребёнка в детском саду, положительные эмоции чаще всего выражены незначительно. А вот отрицательные, как правило, проявляются у каждого ребёнка. Но степень их проявления различна: от небольшого хныканья и плача «за компанию», до приступообразного. Таким образом, ребёнок стремится выразить протест против расставания с родителями. На смену всем отрицательным эмоциям, обязательно приходят положительные, которые свидетельствуют о завершении адаптационного периода.

### **2 показатель – социальные контакты.**

В первые дни у ребёнка, как правило, снижается степень социальных контактов. В эти дни дети более напряжены, замкнуты, беспокойны, малообщительны. Общение со взрослыми и сверстниками, как правило, налаживается постепенно.

### **3 показатель – познавательное развитие.**

Первое время, как правило, познавательная деятельность снижается на фоне стрессовых реакций, но постепенно всё входит в свой ритм.

### **4 показатель – социальные навыки.**

Под влиянием новых внешних воздействий, ребёнок первое время может не проявлять навыков самообслуживания, которые усвоил дома. Постепенно он не только вспоминает забытые навыки, но и усваивает новые.

### **5 показатель – двигательная активность.**

Как правило, ребёнок может быть либо заторможен, либо повышено активен. Здесь ещё следует учитывать какой у ребёнка темперамент, так как от этого тоже многое зависит.

### **6 показатель – сон.**

Вначале может засыпать не сразу, может поплакать или совсем не спать. По мере привыкания сон восстанавливается, и ребёнок начинает своевременно засыпать и пробуждаться.

**7 показатель – аппетит.**

Нормализация аппетита, как правило, сигнализирует о привыкании ребёнка к детскому саду.

**8 показатель – здоровье.**

Как правило, у ребёнка в первые дни и недели снижается сопротивляемость организма, и он может внезапно заболеть. Это связано с тем, что ещё не выработан иммунитет на общение с таким количеством людей и на новые условия пребывания.

**Первые признаки того, что ребёнок адаптировался:**

- ✓ хороший аппетит;
- ✓ спокойный сон;
- ✓ охотное общение с другими детьми;
- ✓ адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- ✓ нормальное эмоциональное состояние.

**Существуют разные степени сложности протекания адаптационного периода:**

- ✓ лёгкая – до 16 дней;
- ✓ средней тяжести – до 32 дней;
- ✓ тяжёлая – до 64 дней и больше.

В случаях тяжёлой степени адаптации, следует обратиться с ребёнком к психологу или другим специалистам.