

Адаптация ребёнка раннего возраста к условиям детского сада

Адаптация – это приспособление организма к новым обстоятельствам, ответ на новые для него условия.

Адаптационный процесс включает биологическую адаптацию (изменение режима сна, питания, прогулок) и социальную (изменение привычной жизни ребёнка – новое помещение, незнакомые дети и взрослые, отсутствие родителей, невозможность в полной мере делать то, что хочется).

Разлука может тяжело переноситься не только ребёнком, но и его мамой. Такая мама сама провоцирует тревожность у ребёнка, болезненно расставаясь с ним, негативно относясь к педагогам и их требованиям.

Поэтому, чтобы не провоцировать страхи, родители должны сохранять спокойствие, быть доброжелательно настроены к воспитателю и детскому саду.

На успешность адаптации влияют следующие факторы:

1) *Состояние здоровья и уровень развития ребёнка.*

Здоровый и развитый малыш адаптируется успешнее. А отсутствие правильного режима, нехватка сна истощают нервную систему в этот и так непростой период, что, соответственно, приводит к заболеванию.

2) *Сформированность у ребёнка предметной деятельности и умения общаться с окружающими.*

Дети, с которыми дома играют мало или не поощряют их игровую инициативу, труднее привыкают к детскому саду. У них плохо сформированы действия с предметами, любая трудность вызывает слёзы, не могут наладить контакт со взрослым.

Те дети, которые умеют долго и разнообразно действовать с игрушками, адаптируются легче. Приходя в группу, они интересуются новыми игрушками, соглашаются поиграть с воспитателем, в случае затруднения

могут обратиться к нему за помощью. *Играйте с детьми дома и поощряйте игровую инициативу!*

В раздевалке старайтесь долго не прощаться, потому что тем самым вы показываете малышу собственную неуверенность и нежелание отпускать его. Иногда, вроде бы адаптировавшийся ребёнок начинает с утра капризничать и отказываться идти в детский сад, но, чаще всего, как показывает практика, приходя в группу, он быстро успокаивается, отвлекается на игры и о маме не вспоминает.

3) *Не уходите «втихую», иначе ребёнок воспримет это как предательство и не будет вам доверять.*

Лучше придумайте ритуал прощания (например, поцеловать, погладить по головке, спинке, потереться носиками и т. п.). Если ребёнку особенно трудно расставаться с мамой, пусть его приводит папа (бабушка, дедушка).

Многие мамы переживают по поводу громкого плача детей во время адаптации, но ребёнок должен «страдать по маме», это естественно. Хуже, если ребёнок замыкается и всё переживает глубоко внутри, находится в депрессивном состоянии.

4) *Забирая ребёнка из сада, старайтесь не опаздывать.*

Дети чётко отслеживают все режимные моменты, и, если мама не пришла после обеда, как обещала, то это может вызвать слёзы и даже истерику. В случае опоздания объясните ребёнку, что вы помнили о нём и очень спешили.



Успешной Вам адаптации!

Воспитатель: Шабалина Елена Аркадьевна