

Причины тяжелой адаптации к детскому саду : Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада .Наличие у ребенка своеобразных привычек . Неумение ребенка занять себя игрушкой . Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми. **Длительность адаптации ЗАВИСИТ ОТ ИНДИВИДУ-АЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ВАШЕГО МАЛЫША.**

Главные задачи родителей:

- Быть активным помощником в решении текущих задач на каждом этапе вхождения ребенка в социум детского сада. Формировать положительное отношение к воспитателю как к интересному, доброму взрослому
- Задачу самообслуживания стоит облегчить удобной одеждой без декоративных элементов; маленьких пуговиц, шнуровок и застежек. Обувь лучше выбирать на липучках. Перед тем как малышу предстоит стать автономным, ему стоит научиться еще многому: обращаться с ложкой и вилкой, необходимым культурно-гигиеническим навыкам (мыть руки перед едой, пользоваться индивидуальными предметами- полотенце, носовой платок, горшок) и т.д.
- Когда вы уходите, расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет ему в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, вызовут у малыша тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать.
- Не кутайте своего ребенка, а одевайте его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки или предметы, с которыми не расставался дома.

ВО ВРЕМЯ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА ВАЖНО:

- **СОЗДАТЬ В ДОМЕ СПОКОЙНУЮ ОБСТАНОВКУ.** В это период родителям нужно постараться ограничить нагрузку на нервную систему ребенка — уменьшите просмотр телевизора, избегать шумных мероприятий и любых новых эмоционально насыщенных событий. Новизны у ребенка и так хватает!
- **С ПОНИМАНИЕМ ОТНОСИТЬСЯ К НЕМОТИВИРОВАННЫМ КАПРИЗАМ МАЛЫША.** Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке (телесный контакт поможет снять психоэмоциональное напряжение и успокоиться), говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении, показывайте значимость его нового статуса. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!
- **БОЛЬШЕ ГУЛЯТЬ, СНИМАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ.**
- **ВЕЧЕРОМ ПОРАНЬШЕ УКЛАДЫВАТЬ СПАТЬ ПОСЛЕ ВОДНЫХ ПРОЦЕДУР.**
- **СОБЛЮДАТЬ РЕЖИМ ДНЯ.** В выходные дни максимально приблизить домашний режим к режиму детского сада и не нарушать его и в другие дни недели, когда малыш бывает дома.
- **СЛЕДИТЬ ЗА СВОЕЙ РЕЧЬЮ И ЭМОЦИЯМИ, РАССКАЗЫВАЯ ПРИ РЕБЕНКЕ О ЕГО ПРЕБЫВАНИИ В ДЕТСКОМ САДУ В ПЕРВЫЕ ДНИ.** В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом. Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.



Улыбка малыша в период адаптации

При легкой (благоприятной) адаптации:

- ❖ к 20-му дню у ребенка нормализуется поведение
 - ❖ аппетит снижается, но не на много
 - ❖ сон налаживается в течение 1-2х недель
- ❖ ребенок не отказывается от контактов с родителями и взрослыми
 - ❖ острых заболеваний не возникает

При адаптации средней тяжести:

- ❖ поведенческие реакции восстанавливаются к концу месяца
 - ❖ нервно-психическое развитие несколько уменьшается
 - ❖ сон и аппетит восстанавливаются через 20-30 дней
 - ❖ снижается активность: малыш становится плаксивым, малоподвижным, не стремится исследовать новое
 - ❖ заболевания могут протекать в форме острой респираторной инфекции

При тяжелой адаптации :

- ❖ ребенок длительно и тяжело болеет
- ❖ аппетит снижается сильно и надолго
- ❖ малыш плохо засыпает, сон чуткий, короткий
- ❖ во время бодрствования ребенок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или агрессивен по отношению к ним
 - ❖ ребенок постоянно плачущий или безучастный, ничем не интересующийся

Адаптация (от лат. «приспосабливаю») - сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом

Адаптация ребенка к детскому саду - процесс и результат качественных изменений состояния психики детей к изменившемуся образу жизни и деятельности, к новому социальному окружению

Помните , что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы , возможности и планы.