

«Особенности адаптации детей от 1,5 до 3 лет к ДОУ»



Ваш малыш подрос и пришла пора идти в детский сад! Ребенок должен знать, что на свете есть и другие дети. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли хорошо ребенку в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с родителями. Иными словами, насколько успешно ребенок сможет адаптироваться, т.е. приспособиться к среде детского сада, к его условиям. Эти опасения не случайны.

Адаптация – это привыкание человека к новым обстоятельствам и новой обстановке, в конкретном случае – это привыкание малыша к детскому саду. Процесс адаптации может привести к позитивным и негативным результатам. *Два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт и адекватность поведения.*

Различают четыре степени тяжести адаптации:

1. Лёгкая адаптация: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребёнок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идёт на контакт. Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес без изменений.
2. Адаптация средней тяжести: поведенческие реакции восстанавливаются через 1-2 месяца пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется

- (замедление активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.
3. Тяжёлая адаптация: характеризуется значительной длительностью (от двух до шести месяцев) и тяжестью всех проявлений.
 4. Сверхтяжёлая адаптация: около полугода и более. Здесь встаёт вопрос: стоит ли ребёнку оставаться в детском саду или он «несадовый» ребёнок.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Родителям очень важно самим оставаться спокойными и уверенными в том, что ребенок благополучно пройдет адаптацию к дошкольному учреждению и что с ним ничего страшного не происходит.

Рекомендации родителям, на период когда ребенок начал впервые посещать детский сад:

- Привести домашний режим в соответствие с режимом группы;
- Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
- Расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
- По возможности приучать ребенка к самостоятельности при самообслуживании;
- Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
- Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он скоро придет;

- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.