



Адаптация детей к условиям детского сада

Адаптация

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

Зачастую этот процесс сопровождается изменением поведенческих реакций, расстройством сна, аппетита и может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.



Степени адаптации

В зависимости от длительности адаптационного периода различают **три степени** приспособления ребёнка к детскому саду:

- лёгкую (1-16 дней);

- среднюю (16-32 дня);

- тяжёлую (32-64 дня).



При лёгкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течении двух недель. Аппетит восстанавливается уже к концу первой недели, через одну две недели налаживается сон. Ребёнок быстро привыкает к новым условиям.



При **средней** адаптации сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней. На протяжении целого месяца эмоциональное состояние ребёнка может быть неустойчивым.



О **тяжёлой** адаптации свидетельствует плохой сон ребёнка, наблюдается снижение аппетита, возможен стойкий отказ от еды. Тяжёлая адаптация приводит к длительным заболеваниям, осложнениям, в т. ч. К замедлению роста и прибавке в весе. Может возникнуть задержка речевого развития.



Факторы, способствующие успешной адаптации

**личностные
особенности**

**умение общаться
со взрослыми
и сверстниками**

**готовность родителей к
пребыванию ребёнка
в дошкольном учреждении**

**сформированность
элементарных
культурно- гигиенических
навыков**

**приблизённость
домашнего режима
к режиму детского сада**

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и в детском саду.

