

**Колесник Юлия Евгеньевна**  
**Воспитатель**  
**МАДОУ Детский сад №35 Станица Черноерковская**

### **Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада**

«Детство — это важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь.

И от того, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира-от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш».

В.А.Сухомлинский

Детский сад-новый период в жизни ребенка. И самым сложным является период адаптации. Адаптация — это приспособляемость организма изменяющимся внешним условиям. Процесс, часто проходящий с напряжением и перенапряжением психических и физических сил детского организма. В привычную жизнь ребенка врываются такие изменения как: отсутствие родных рядом, режим дня, контакт со сверстниками, необходимость слушать незнакомого человека. Для того чтобы адаптация стала максимально безболезненной для ребенка: нужно сделать ее постепенной. Потому что каждый ребенок привыкает по-своему.

По тому как дети адаптируются к детскому саду, их можно разделить на три основные группы.

Легкая степень адаптации. Длится она от 10 до 20 дней. За это время у ребенка нормализуются сдвиги в поведении. Он спокойно заходит в группу. На контакт со сверстниками и педагогом идет по своей инициативе, может попросить о помощи или предложить ее сам. Придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечания и одобрения. Он умеет играть рядом с другими детьми и доброжелателен к ним.

Средняя степень адаптации. Она длится от 20-40 дней. В течение этого периода настроение у ребенка может быть не устойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, беспокойность сна. На замечания и поощрения реагирует не всегда адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения в группе.

Тяжелая степень адаптации. Длится от 2 до 6 месяцев. У малышей в этот период может случиться нервный срыв. Контакт с ребенком можно установить только через родителей. Замечание или похвала оставляют малыша либо безучастным, либо он пугается. Но постепенно все может уладиться, и в этом многое зависит от обстановки дома и правильного поведения родителей.

Для того чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла как можно быстрее и легче, вам необходимо придерживаться следующих правил. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 2-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда. Дома, в выходные дни или во время болезни, необходимо соблюдать режим дня приближенный к режиму детского сада. При ярко выраженных отрицательных эмоциях, целесообразно воздержаться от посещения детского сада в течение 2-3 дней.

Придумайте традицию-прощания или приветствия (пожатия руки, поцелуй в носик) эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию. Расставание нельзя затягивать, прощайтесь легко и быстро. Не вызывайте у ребенка тревогу. Ваше спокойствие и улыбка говорят малышу, что все в порядке и можно

идти в группу. Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада. Ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью, кто обидел, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он быстрее и легче привык к новым условиям жизни. Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимание на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в период адаптации. Берегите его нервную систему. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с мамой. Маленьким детям важно, чтобы их брали на руки, обнимали. Поэтому дома старайтесь больше уделять внимание ребенку. Читайте ему на ночь, играйте с ним.

А самое главное условие успешной адаптации ребенка-готовность родителей, к тому, что их малыш пойдет в детский сад. Будьте терпеливы, проявляйте понимание. И очень скоро детский сад превратится для ребенка в уютный, хорошо знакомый мир.