

**Консультация для родителей**

**Особенности  
адаптации в  
ясельной группе**





**Адаптация** – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических особенностей ребенка, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Ребенок в период адаптации – живая модель стрессового состояния! Стресс это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим.

### **Выделяется три особенности адаптации.**

**1 особенность:** ребенок в период адаптации находится в состоянии срыва динамического стереотипа.

В период адаптации эти стереотипы меняются.

**2 особенность:** стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменением гормональной системы организма.

**3 особенность:** в период адаптации иммунная система организма, его защитные механизмы ослабевают.

И чаще всего, пребывая в ДООУ на 5-7 сутки, ребенок заболевает.





## **Адаптационный период можно разделить на несколько этапов.**

**1 этап подготовительный.** Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад.

**Задачи этого этапа** - сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщаться к новым для него условиям.

В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, приучать есть всевозможные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и многое другое.

Необходимо обратить внимание на режим дня ребенка.

Режим в жизни ребенка чрезвычайно важен, и резкая его смена - это, безусловно, дополнительный стресс. Родителям советуем заранее узнать режим детского сада и начинать его постепенно вводить дома, адаптировать к нему ребенка.

Так же необходимо обратить внимание на навыки самообслуживания и самостоятельности. Ребенок умеющий есть, раздеваться, одеваться не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых.

Так же стоит выяснить у родителей, каков способ кормления и засыпания ребенка.

### **2 этап – основной.**

**Главная задача данного этапа** - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и постараться установить с воспитателями доброжелательные отношения. Следует открыто и подробно рассказать, воспитателю об особенностях ребенка: что он любит кушать, какую игрушку любит больше всего, как он засыпает, как его ласково называют дома.

Важно отметить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребность общения со сверстниками, она пока не сформировалась.

В этом возрасте взрослый выступает для ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве.

Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.





*В процессе адаптации ребенка дошкольном учреждении, воспитатель использует элементы телесной терапии (берет ребенка на руки, обнимает его, поглаживает.)*

- предлагает ребенку засыпать с его любимой игрушкой;*
- рассказывает сказки, поет колыбельные перед сном.*

*После дневного сна ребенка в период адаптации с целью создания условий успешного пробуждения и бодрствования, воспитатель использует потешки.*

*Свои слова воспитатель сопровождает действиями и обыгрыванием игрушкой. Ребенок чувствует внимание, заботу воспитателя идет на контакт и вливается в детский коллектив после пробуждения. Использует игровые методы взаимодействия с ребенком.*

*Воспитатель фиксирует наблюдения за поведением ребенка в листе адаптации до тех пор, пока не нормализуется его поведение. Если ребенок заболевает, это тоже отмечается в листе адаптации, и по возвращении ребенка в дошкольное учреждение воспитатель проводит наблюдения за его поведением в течение трех дней.*

*Важно провести анализ течения процесса адаптации в группе. Для этой цели надо проанализировать, какова была готовность ребенка к поступлению в детское дошкольное учреждение. И как протекало привыкание под наблюдением воспитателей и медицинской сестры.*





## **Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую.**

**Легкая степень адаптации:** к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов с детьми и взрослыми, сам идет на контакт.

Заболеваемость не больше одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

**Средняя степень адаптации:** поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении.

Нервно- психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности).

Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.

**Тяжелая степень адаптации:** характеризуется значительной длительностью (от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

Нужно стремиться к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.





**Как будет протекать период адаптации ребенка,** во многом зависит от того, сумеет ли воспитатель понять нужды, интересы, наклонности ребенка, своевременно снять эмоциональное напряжения, согласовать методiku проведения режимного процесса с семьей.

**Для оптимизации процесса адаптации мы используем следующее:**

**Взаимодействие с родителями;** на основании договора между ДОУ и родителями воспитанника, родитель имеет право находиться с ребенком в группе детского сада в период адаптации. В зависимости от степени адаптации ребенка этот период может длиться от 1 до 10 дней. Родители находятся в группе и взаимодействуют с детьми и воспитателем для того, чтобы реально оценить достижения и умения своего ребенка тем возрастным критериям которые требуют программа развития. И в зависимости от результата формируется индивидуальный план работы с семьей, для успешной адаптации ребенка в группе детского сада. Упор делается на проблемные вопросы, например: (режим, питание, сон, разлука с мамой, общение со сверстниками).

**Анкетирование:** например, с целью лучше узнать особенности и желания вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития.

**Наблюдение за ребенком;** в период адаптации, воспитатель при приеме ребенка обращает внимание на его настроение. В процессе утренней гимнастики смотрит на реакцию ребенка, сформированные навыки (повторение движений за воспитателем). Во время приема пищи обращает на сформировавшиеся навыки (умение самостоятельно держать ложку, кружку, аккуратности за столом и культуре).

В самостоятельной деятельности: как умеет ребенок играть, находить контакт с другими детьми. Умение самостоятельно организовать свой досуг. Анализируя полученные результаты от наблюдения, воспитатель устанавливает индивидуальный план работы с конкретным ребенком, для успешного адаптационного процесса.

