

Адаптация ребёнка к детскому саду.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую среду и приспособление к её условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире.

Выделяют два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт(эмоциональная удовлетворённость) и внешняя адекватность поведения(способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в ясли у Вашего ребёнка начинается новый этап в его жизни.

Различают три степени тяжести прохождения адаптационного периода:

-----ЛЁГКАЯ АДАПТАЦИЯ, при которой отрицательное эмоциональное состояние ребёнка длится недолго. К 20-му дню пребывания в детском саду 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-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

----АДАПТАЦИЯ СРЕДНЕЙ ТЯЖЕСТИ, эмоциональное состояние ребёнка нормализуется более медленно. Поведенческие реакции восстанавливаются к 40-му дню пребывания в ДООУ. Нервно-психическое развитие несколько замедляется(замедление речевой активности). Заболеваемость до 2-х раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился;

----ТЯЖЁЛАЯ АДАПТАЦИЯ, когда эмоциональное состояние нормализуется очень медленно. Характеризуется, во-первых, значительной длительностью(от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

Уважаемые родители!

В период привыкания вашего ребёнка к детскому саду, Вам важно помнить и понимать, что происходит с ребёнком в этот период.

Основные особенности нормально текущего периода адаптации.

Нарушения настроения.

Слезливость, капризность, подавленное состояние у некоторых детей; возбудимость, гневливость, агрессивные проявления у других (продолжительность- от недели до 1.5 месяца).

Нарушения сна.

Дети очень часто начинают хуже спать, с трудом засыпают вечером, могут плакать перед сном; утром же их бывает очень трудно разбудить в нужное время. Некоторые дети не могут заснуть днём в детском саду, переутомляются и быстро засыпают вечером. Другие, перевозбуждённые, не могут успокоиться до 22-23 ч. Недостаток сна сказывается на самочувствии детей практически сразу и оказывает комплексное негативное влияние на нервную систему(продолжительность - от 1 до 2 месяцев).

Нарушения аппетита.

Дети начинают плохо есть(причём и дома и в саду) по той причине, что им предлагают непривычную пищу, новые блюда, незнакомые на вкус. Для детей привыкших к приёму протёртой пищи в домашних условиях, может оказаться неожиданной консистенция блюд в детском саду. В сочетании с повышенной нервной возбудимостью некоторых детей это может привести к кратковременным желудочно-кишечным расстройствам- рвоте, болям в животе, икоте, иногда к пищевой аллергии(продолжительность от 1 недели до 1 месяца).

Понижение иммунитета

Вследствие стресса у маленьких детей страдает иммунная система, они начинают часто болеть(обычно ОРВИ), реагируют на переохлаждение, перегревание, сквозняки гораздо чаще, чем в обычном состоянии; легко заражаются друг от друга(продолжительность- от 2 до 10 месяцев, у некоторых ещё дольше).

Нарушение поведения

Дети как бы возвращаются на более ранние ступени развития, хуже играют, игры становятся более примитивными, не могут оторваться от мамы даже дома, начинают бояться чужих людей.

У некоторых наблюдается утрата навыков самообслуживания, гигиенических навыков(они не просят на горшок, испытывают затруднения при необходимости помыть руки и т.д.)(продолжительность- от 1 недели до 2 месяцев).