

«Особенности адаптации в ясельной группе детского сада»



Одна из проблем, которая решается в дошкольном учреждении - проблема адаптации детей. Известно, что поступление в детский сад – трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым условиям. Дети тяжело переносят разлуку с мамой, приходят в отчаяние, оказавшись в незнакомой обстановке, окружении чужих людей.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. То есть, каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы Вам рассказать. Существует ряд критериев, по которым можно судить, как адаптируется ребенок к жизни в организованном детском коллективе. У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние.

У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию. Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:

- *Тревога*, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и режима (ребёнку

бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал.

В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в ДОО).

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в ДОО. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям.

Нередко боязнь новых людей и ситуаций в саду приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т.к. стресс истощает защитные силы организма.

- *Отсутствие навыков самообслуживания.* Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

- *Избыток впечатлений.* В ДОО малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

При **лёгкой адаптации** отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется.

Ребенок как правило не заболевает в период адаптации.

При адаптации **средней тяжести** эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

Самой нежелательной является **тяжелая адаптация**, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев). В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.

В первое время ребенок может сильно уставать в детском саду: новые впечатления, новые друзья, новая деятельность, большое количество народа. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это еще не значит, что его адаптация проходит тяжело. Просто необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму.

Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству.

Помните, что с началом посещения детского сада ребёнок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, целовали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания своему ребёнку дома, читайте, играйте, смотрите вместе с ним мультфильмы. Подчеркивайте, каким большим и умелым стал ваш малыш, как пошел в детский сад, как многому он учится каждый день в детском саду. Будьте нежны, терпеливы и доброжелательны. И, скорее всего, стресса, связанного с поступлением в детский сад, удастся избежать.



УСПЕХОВ ВАМ И ВАШЕМУ РЕБЕНКУ!

Материал подготовила воспитатель Абрамова М.С.