**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

 **«Детский сад №3» г. Севастополя**

**Консультация для родителей**

**«Условия для успешной адаптации**

 **к детскому саду»**

 **Подготовила:**

 **Воспитатель**

 **Куркина В.Н**

Консультация для родителей детей раннего возраста «Условия для успешной адаптации к детскому саду»

**Детский** сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на **детский сад плачем**. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, капризничают и плачут перед входом в группу.

**Адаптационные** процессы охватывают три стороны: ребенка, его **родителей и педагогов**. От того, насколько каждый готов пережить **адаптацию**, зависит конечный результат - спокойный ребенок, с удовольствием посещающий дошкольное образовательное учреждение.

Детям любого **возраста** очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. В привычный, сложившийся жизненный уклад ребенка в буквальном смысле этого слова врываются следующие изменения:

• четкий режим дня;

• отсутствие родных рядом;

• длительный контакт со сверстниками;

• необходимость слушаться и подчиняться незнакомому взрослому;

• резкое уменьшение персонального внимания именно к нему;

• особенности нового пространственно-предметного окружения.

**Адаптация** ребенка к ДОУ сопровождается различными негативными физиологическими и психологическими изменениями.

**Адаптирующегося ребенка отличает** :

• преобладание отрицательных эмоций, в том числе страха;

• нежелание вступать в контакт ни со сверстниками, ни со взрослыми;

• утрата навыков самообслуживания;

• нарушение сна;

• снижение аппетита;

• регрессия речи;

• изменения в двигательной активности, которая либо падает до заторможенного состояния, либо **возрастает** до уровня гиперактивности;

• снижение иммунитета и многочисленные заболевания *(последствия стрессовой ситуации)*.

**Адаптирующегося педагога отличает** :

• чувство внутреннего напряжения, которое приводит к быстрой физической и психологической утомляемости;

• повышенная эмоциональность.

Сколько это будет длиться! Или когда наступит конец **адаптации**?

Выделяют три степени **адаптации** :

• легкую *(15-30 дней)*;

• среднюю *(30-60 дней)*;

• тяжелую *(от 2 до 6 месяцев)*.

По статистике, большинство **детей**, поступивших в ДОУ, переживают среднюю или тяжелую **адаптацию**.

Концом периода **адаптации** принято считать момент, когда на смену отрицательным эмоциям приходят положительные и восстанавливаются регрессирующие функции. Это означает, что:

• при утреннем расставании ребенок не плачет и с желанием идет в группу;

• ребенок все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам;

• малыш ориентируется в пространстве группы, у него появляются любимые игрушки;

• ребенок вспоминает забытые навыки самообслуживания; более того, у него появляются новые достижения, которым он научился в **саду**;

• восстановилась речь и нормальная *(характерная для конкретного ребенка)* двигательная активность дома, а затем и в **детском саду**;

• нормализуется сон как в **детском саду**, так и дома;

• восстанавливается аппетит.

**Адаптация** - это приспособление организма к изменившимся **условиям жизни**, к новой обстановке. А для ребенка **детский сад**, несомненно, является новым, неизведанным пространством, где он встречает много незнакомых людей и ему приходится приспосабливаться.

Как протекает **адаптационный период**? Для начала нужно отметить, что каждый ребенок индивидуально проживает этот нелегкий период. Одни привыкают быстро – за 2 недели, другие дети дольше – 2 месяца, некоторые не могут привыкнуть в течение года.

На то, как будет протекать процесс **адаптации**, влияют следующие факторы:

1. **Возраст**;

2. Состояние здоровья;

3. Уровень развития навыков самообслуживания;

4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками;

5. Сформированность предметной и игровой деятельности;

6. Приближенность домашнего режима к режиму **детского сада**;

С какими трудностями приходится сталкиваться малышу?

Во-первых, надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом **возрасте** взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.

Во-вторых, дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи - одна из причин затрудненной **адаптации ребенка к яслям**. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.

В-третьих, дети **раннего возраста** эмоционально привязаны к матерям. Мама для них – безопасный проводник на пути познания мира. Поэтому нормальный ребенок не может быстро **адаптироваться к яслям**, поскольку сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

В-четвертых, дома к ребенку не предъявляют требований к самостоятельности: мама может и с ложечки покормить, оденет и игрушки уберет на место.

 Придя в **детский сад**, ребенок сталкивается с необходимостью делать некоторые вещи самостоятельно: одеваться, есть ложкой, проситься и ходить на горшок и т. д. Если у ребенка не развиты культурно-гигиенические навыки, то привыкание идет болезненно, поскольку его потребность в постоянной опеке взрослого не будет удовлетворена полностью.