**Консультация для родителей «Адаптация детей к дошкольному учреждению»**

Поступление ребёнка в детский сад, вызывает у родителей серьёзную тревогу. И она не напрасна. Изменение социальной среды сказывается на психическом и физическом здоровье детей. Тяжелым является адаптация в раннем возрасте, поскольку именно в этот период детства ребёнок менее всего приспособлен к отрыву от родных, от родных, более слаб и раним. В этом возрасте адаптация проходит дольше и труднее, часто сопровождается болезнями.

Некоторые дети с большим трудом переживают даже кратковременную разлуку с родителями: громко плачут, сопротивляются всяким попыткам вовлечь в игру воспитателем, другими детьми и поэтому, необходим индивидуальный подход: одним детям нужна ласка и физическая близость, другие напротив, избегают прямого контакта и предпочитают побыть в одиночестве, других можно заинтересовать игрушкой новой. От того как родители подготовили ребёнка к переходу в детский сад, и как организуют период его адаптации воспитателями, зависят и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша.

Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряжённость, беспокойство или заторможенность. Ребёнок много плачет, стремиться к физическому контакту со взрослыми или, наоборот, раздражённо отказывается от них, сторонится сверстников. Дети с флегматическим темпераментом будут вести себя заторможено. Дети с холерическим темпераментом : возбужденно, часто плакать. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне. Разлука и встреча с родными протекает очень бурно: малыш не отпускает от себя, долго плачет после ухода, а приход снова встречает слезами. В этот период игрушки оставляют его безучастным, интерес к окружающим снижается, падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом. Общее подавлённое состояние в совокупности с тем обстоятельством, что ребёнок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования, что приводит к частым болезням. Различают три степени адаптации: лёгкая- длится 1-2 недели. У ребёнка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми, сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребёнок достаточно активен, но не возбуждён. Острых заболеваний не возникает. средняя- нарушение в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче, привыкание яслям длится дольше. Сон и адаптация восстанавливаются только через 30-40 дней, настроение неустойчиво, в течение месяца значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет, интереса к игрушкам, отказывается от занятий, практически не разговаривает. Эти изменения могут длиться до полутора месяцев. Отчётливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это нарушение стула, бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щёки. Особенно ярко эти проявления отличаются перед началом заболевания – ОРЗ. Тяжёлая адаптация : длительно и тяжело болеет, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль. Другой вариант – неадекватное поведение ребёнка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребёнка. Ребёнок плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами, сон чуткий и короткий. Во время бодрствования ребёнок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведёт себя агрессивно. С какими проблемами сталкивается воспитатель в период адаптации детей к саду: они боятся входить в группу и выходить из неё, ничего не умеют делать : ни одеваться, ни есть, ни мыть руки, ни садиться на горшок, не умеют общаться с посторонними, с детьми, у них плохая, невнятная речь. Что же влияет на успешность привыкания к детскому учреждению: Физическое состояние ребёнка. Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями, он лучше справляется с трудностями. Дети нервно и соматически ослабленные, быстро утомляются, имеющие плохой аппетит и плохой сон, испытывают, как, правило, больше трудностей. Частные заболевания сказываются на иммунитете, могут затормозить психическое развитие.

Возраст ребёнка. Степень сформированности общения с окружающими и предметной деятельности. Как помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду:

1. Предварительное знакомство воспитателя с ребёнком и родителями.

2. Поддерживайте инициативу воспитателя и сотрудничайте с ними во всём. 3. Активно играйте не только со своим ребёнком, но и с другими детьми.

4. Если вы поиграли с ребёнком, соберите игрушки и поставьте их на место, чтобы и другие могли поиграть.

5. Активно радуйтесь удачам малыша. Признаком завершения адаптации является хорошее физическое и эмоциональное самочувствие ребёнка, его увлечённая игра с игрушками, доброжелательное отношение к воспитателю и сверстникам.