

Что такое адаптация?

Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке.

В процессе приспособления – адаптации – поведение и реакции на многое у ребенка могут резко поменяться: чаще всего меняются:



❖ эмоциональное состояние (ребенок много плачет, раздражается);

нарушается аппетит (ребенок ест меньше и реже, чем обычно);

❖ нарушается сон (ребенок не может заснуть, сон кратковременный, прерывистый);

❖ утрачиваются приобретенные навыки (малыш может вернуться к соске или перестать проситься на горшок, речь может затормозиться);

❖ в период адаптации дети нередко заболевают (это связано и с психическим напряжением, и с тем, что ребенок сталкивается с новыми вирусами).

Но эти изменения являются естественной реакцией на новые условия жизни, поэтому к ним нужно отнестись с пониманием.

Чтобы облегчить малышу процесс адаптации, необходимо обеспечить плавное вхождение в новые условия. Время пребывания ребенка в детском саду индивидуально, определяется воспитателями на основе наблюдений за ребенком.

Кому адаптироваться легче?

- Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее, за несколько месяцев до этого события.
- Детям, физически здоровым,
- Детям, имеющим навыки самостоятельности.
- Детям, чей режим близок к режиму сада.

Правила для родителей:

- В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.
- Не перегружайте малыша в период адаптации.
- Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера
- Будьте терпимее к капризам.
- Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую игрушку.
- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.

Чего нельзя делать?

- Нельзя пугать детским садом.
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность.

И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

