|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Адаптация*** – это приспособление организма к новой обстановке. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.  Средний срок адаптации:   * в яслях 7 – 10 дней * в младшем дошкольном возрасте 2 – 3 недели * в старшем дошкольном возрасте 1 месяц   В том случае, когда ребёнок не справляется с задачей адаптации к новым условиям, мы можем наблюдать симптомы трудной адаптации.   * нарушение положительного эмоционального состояния ребёнка; * ребёнок много плачет, стремится к эмоциональному контакту с взрослыми или, напротив, раздражённо отказывается от него; * ребёнок испытывает сложности с установлением контакта с другими детьми; * нарушение аппетита; * нарушение сна; * болезненно протекает разлука с родными; * снижается общая активность; * общее подавленное состояние. | Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько **рекомендаций**:   * Перед поступлением в детский сад лучше привести ребенка на прогулку для знакомства с детьми и воспитателями. * Заранее познакомиться с режимом детей в детском саду и приблизить постепенно к нему домашний режим Вашего ребенка. * Приучайте к новым условиям ребенка постепенно и последовательно. * Не следует резко менять привычный уклад жизнедеятельности ребенка, например, отучать от вредных привычек. * Предоставьте ребенку возможность принести в детский сад свои любимые игрушки. * Согласуйте свои действия с воспитателем: чего избегать, а что поощрять у ребенка. * Создайте особый ритуал ухода и возвращения Вас в детский сад. * Когда Вы уходите – расставайтесь с ребенком легко и быстро. Не показывайте ему свое волнение. * Не давайте ребенку почувствовать собственную боязнь разлуки. * Избегайте избыточной сентиментальности или изменения своей привычной манеры поведения. * Учите ребенка общению со взрослыми и детьми. Не ограничивайте общение ребенка только семейным кругом. | **Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он впервые поступил в детский сад**   * Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу. * Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении. * Будьте терпеливы. * Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены. * Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми. * Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно. * Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия). * Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения. * Каждый день читайте малышу. * Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления. * Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте… * Поощряйте любопытство. * Не скупитесь на похвалу. |
| **Первые признаки того, что ребенок адаптировался.**   1. *Хороший аппетит.* 2. *Спокойный сон.* 3. *Охотное общение с другими детьми.* 4. *Адекватная реакция на предложения взрослого.* 5. *Нормальное эмоциональное состояние (жизнерадостный, активный, любопытный…)*   **Ребенок хорошо адаптировался, если в его поведении нет:**   1. Крайностей.   *Например: излишняя активность, чрезмерная пассивность.*   1. Возврата к более ранним привычкам.   *Например: ребенок ест самостоятельно и вдруг снова требует,*  *чтобы его кормили с ложки.*   1. Отставание в развитии от сверстников.   *Например: в 4 года разговаривает, как в 2,5 года.*   1. Непрекращающиеся трудности с элементарными вещами.   *Например: кормление ребенка остается проблемой.* | shutterstock_2_w216_h266 | ***Адаптация ребенка к детскому саду***  ***x_07a0daf2*** |