

**Адаптация**  
(от лат. adaptare – приспособлять)  
– в широком смысле – приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

**В период адаптации к условиям детского сада очень часто отмечается регресс во всем развитии ребёнка: в его речи, навыках, умениях, игровой деятельности!**

Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния ребенка. Для адаптационного периода характерна эмоциональная напряженность, беспокойство или заторможенность. Ребенок много плачет, стремится к эмоциональному контакту с взрослым или, наоборот, отказывается от него, сторониться сверстников. Малыш отказывается от еды, в часы отдыха плачет. Разлука и встреча с родными протекает очень бурно: ребенок не отпускает от себя родителей, долго плачет после их ухода, а приход вновь встречает слезами. Снижается активность ребенка и по отношению к предметному миру. Падает уровень речевой активности. Все негативные проявления у детей, особенно раннего возраста, выражены очень ярко. Период восстановления растягивается иногда на два-три месяца. Труднее всего восстанавливается игровая деятельность и взаимоотношения со сверстниками. Нарушения в сфере общения тесным образом связаны с опытом общения ребенка, и имеющимися у него средствами налаживать деловые контакты. Если ребенок привык общаться только с

**Выделяют три степени  
адаптации:**

- 1. Лёгкая адаптация**
- 2. Адаптация средней  
тяжести**
- 3. Тяжёлая адаптация**

## Лёгкая адаптация

Поведение нормализуется в течение 10-15 дней, ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения. К двадцатому дню пребывания в ДОО у ребенка нормализуется сон, он нормально начинает есть. Настроение бодрое, заинтересованное, в сочетании с утренним плачем. Отношения с близкими и со взрослыми не нарушаются. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающим восстанавливается в течение двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребенок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Заболевания не более одного раза, сроком не больше 10 дней, без осложнений. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы

# Адаптация средней тяжести

Сдвиги нормализуются в течение месяца, есть признаки психического стресса. Нарушение в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон и аппетит восстанавливается лишь через **20-40** дней. Настроение неустойчивое в течение месяца. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30 дню пребывания в ДООУ. Отношение к близким у ребенка - эмоционально-возбужденное (плач, крик при расставании и встречи). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованное. Речь либо не используется, либо речевая активность замедляется. В игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная. Заболевания до двух раз, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется, либо снижается.

Проявляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменение вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени

# Тяжёлая адаптация

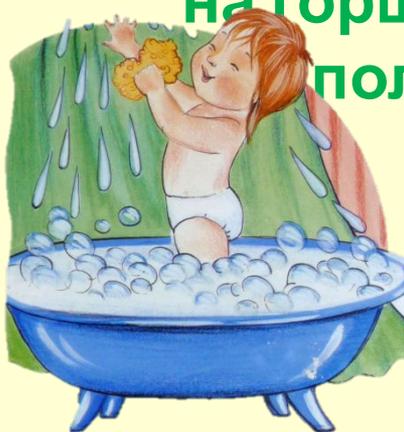
Длительность от **2 до 6 месяцев**. Ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма. Ребенок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами, аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, функциональное нарушение стула. Настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОО. Отношение к близким эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия. Отношение к детям: избегание контактов или проявление агрессии. Отказывается от участия в деятельности. Речью не пользуется или имеет место задержка речевого развития на 2-3 периода. Игра ситуативная, кратковременная.

**Главной и основной причиной затруднений при адаптации детей в детском саду является отсутствие у них опыта общения со взрослыми и детьми. Чем уже круг общения ребенка до поступления в детское учреждение, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем и со сверстниками!**

**Родители должны вовлекать ребенка в контакты со взрослыми и детьми, не являющимися членами семьи, учить, как обратиться к взрослому, что сказать как вежливо попросить что-то и т. п. Например, мать предлагает своему маленькому сыну, еще не умеющему говорить: «отнеси тете книжку», «покажи дяде машинку». Ребенку, уже владеющему речью, предлагают: «подойди к тете Лене, дай ручку и скажи «здравствуйте» — или дают поручение: «попроси у Вовы машину, скажи «дай, пожалуйста, машину» и т. п.**

Для самочувствия ребенка в адаптационный период большое значение имеет то, в какой мере сформированы у него необходимые культурно-гигиенические навыки и привычки, навыки самообслуживания (одевания, еды и др.). Между тем не во всех семьях уделяется достаточное внимание формированию указанных навыков и привычек. Нередко дети двух-трехлетнего возраста приходят в детский сад, не умея самостоятельно есть, не просясь

на горшок, не умеют одеваться и раздеваться, пользоваться туалетом и т. п.



Длительность и тяжесть привыкания к изменениям условий зависит от предшествующих условий воспитания детей в семье. Нарушение сна, аппетита, эмоционального состояния в первые дни в новом учреждении наблюдаются преимущественно у детей, у которых в семье отсутствовал правильный режим, а методика кормления, укладывания и организация бодрствования ~~была не правильной~~ ребенок мог по возможности быстро и безболезненно адаптироваться к условиям общественного воспитания, в семье **необходимо**

**готовить его к поступлению в детский сад!**



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Используемые материалы.

1. Ватутина Н.Г. – Ребенок поступает в детский сад: Пособие для воспитателей дет. сада /Под ред. Л. И. Каплан.— М.: Просвещение, 1983.—80 с, ил.
2. Материалы сайта - [http://adalin.mospsy.ru/l\\_03\\_00/l0301134.shtml](http://adalin.mospsy.ru/l_03_00/l0301134.shtml)
3. Материалы сайта - <http://allforchildren.ru>