

# Адаптация детей раннего возраста

## к условиям дошкольного учреждения

Ваш ребенок подрос, и уже недалек тот день, когда вы приведете его в детский сад. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли ребенку хорошо в детском саду, не станет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с близкими, с домом. Эти волнения и тревоги закономерны, т.к. поступление ребенка в детский сад – сложный период в жизни маленького ребенка, своеобразный экзамен его психики, здоровья.

В условиях семьи малыш привык к установленному распорядку жизни, к определенной обстановке, способам общения с ним. У ребенка сложились привычки, выработался свой стиль поведения, отношений с членами семьи.

Для нас с вами, людей взрослых, перемена обстановки, встречи с новыми людьми – дело привычное и часто привлекательное. Иное дело – ребенок первых лет жизни. В раннем возрасте – это особенно сложная задача. Малыш тяжело переносит даже временную разлуку с родителями, домом и привычным для него укладом жизни. Он часто отказывается от общения с незнакомыми людьми.

Поначалу в детском саду ребенку все кажется непривычным, его волнует, а иногда пугает новая обстановка: большая комната, незнакомые дети вокруг, чужие взрослые – воспитатели и няня. На первых порах непривычен и уклад жизни детского сада: иной режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения, установленных в группе. На эти перемены в жизни малыши отвечают, как говорил Павлов И.П., реакцией осторожности или протеста, становятся робкими, замкнутыми, вялыми, плаксивыми, капризными, упрямыми, бесконтактными. Часто они упорно не хотят покидать дом, а у дверей детского сада в страхе прижимаются к родителям. В поведении вновь принятых детей можно наблюдать черты, свойственные детям более раннего возраста, например, примитивнее становится речь ребенка: дома он обращался с просьбой дать ему что-либо, а в детском саду он показывает на понравившуюся ему игрушку и тянет «ай-ай-ай» (так он ранее говорил слово «дай»). Возможно временное разрушение некоторых навыков.

Таким образом, период адаптации - тяжелое время для малыша, его родителей и персонала группы. В среднем длительность адаптации у детей раннего возраста длится 2-3 недели, но может продлиться и месяц и 3 месяца. В детском саду дети заболевают чаще, чем дома. Это и понятно, т.к. в группе может быть заболевший ребенок, который становится источником инфекции для других детей. В период адаптации возможность заболевания ребенка, особенно трудно привыкающего к новым условиям, возрастает,

поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

На характер привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов. Прежде всего - возраст малыша. Сложнее и длительнее протекает процесс адаптации у детей ослабленных, страдающих аллергией, рахитом, частыми ОРЗ. И наоборот, безболезненно осваиваются в детском саду дети здоровые, физически крепкие. Они быстро приобщаются к жизни в коллективе сверстников. В период адаптации трудности испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям – причины, тормозящие образование у малыша умения контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни пребывания в детском саду он будет негативно относиться к воспитателям, персоналу, что усложнит уход за ним.

Дети радушных, гостеприимных, трудолюбивых родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с воспитателями и персоналом. У таких детей период адаптации длится несколько дней. Малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы. Плохо приспособляются к жизни в коллективе дети, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского **нельзя**. Ребенок, у которого дома не тренируется способность тормозить свои желания, с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым начинается с первого дня его пребывания в детском саду.

Итак, общая задача педагогов и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого необходимо в семье приблизить домашний режим к распорядку дня детского сада. Важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, а при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность. Желательно, чтобы вы познакомились с меню детского сада и приучали детей к блюдам, включенным в меню. Учите есть детей разнообразную пищу, тщательно жевать, после еды пользоваться салфеткой.

Группы комплектуются постепенно, поэтому персоналу легче уделить больше внимания новичку. Но в первые дни лучше оставлять ребенка на 1-2 часа, увеличивая время пребывания до послеобеденного сна, до полдника, а затем – до вечера. Чем быстрее малыш почувствует доверие к воспитателям, персоналу, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесет перемены в своей жизни, разлуку с вами. Ваше вежливое и приветливое обращение с сотрудниками детского сада расположит ребенка к общению с ними.

Единые требования к поведению ребенка, согласованное воздействие на него дома и в детском саду – важное условие, облегчающее ему адаптацию и перемене образа жизни.