

Адаптация детей к ДОУ.

Адаптация (от лат. adaptatio - "приспосаблию") - сложный процесс приспособления организма, протекающий на разных уровнях - физиологическом, социальном, психологическом.

Поступление ребёнка в детский сад - важный этап в его жизни, сопровождающийся изменением привычной обстановки, режима дня, разлукой с близкими людьми. Всё это обрушивается на малыша одновременно, создавая стрессовую ситуацию.

Поступление ребёнка в детский сад - это событие, требующее особого внимания со стороны педагогов дошкольного учреждения и родителей. Детский организм не сразу привыкает к новым социальным условиям. Зачастую этот процесс сопровождается изменением поведенческих реакций, расстройством сна, аппетита. Поскольку адаптивные возможности дошкольника не безграничны, резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям и замедлению темпа психофизического развития.

В зависимости от длительности адаптационного периода различают три степени приспособления ребёнка к детскому саду: лёгкую (1 - 16 дней), среднюю (16 - 32 дня), тяжелую (32 - 64 дня). При лёгкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течение двух недель. Аппетит восстанавливается уже к концу первой недели, через 1 - 2 недели налаживается сон. У дошкольника преобладает

радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние, он контактирует с взрослыми, детьми, окружающими предметами. Ребёнок быстро привыкает к новым условиям: новому помещению, общению с группой сверстников, незнакомыми взрослыми. Речь при этом может быть немного заторможена, но малыш откликается и выполняет указания педагога. Заболеваемость случается не более одного раза и проходит без осложнений.

При средней адаптации сон и аппетит восстанавливаются через 20 - 40 дней. На протяжении целого месяца эмоциональное состояние ребёнка может быть неустойчивым. В течение дня для малыша характерна плаксивость: плач, крик при расставании и встрече с родителями и близкими людьми. Отношение к сверстникам, как правило, безразличное. Речевая активность замедляется. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношении с взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Заболеваемость случается не более двух раз и длится не больше десяти дней, протекая без осложнений.

Для этого периода адаптации в течение двух недель характерны следующие вегетативные изменения в организме: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, шелушение кожи(диатез). Однако при эмоциональной поддержке взрослого ребёнок, проявляя познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой обстановке.

О тяжелой адаптации свидетельствует плохой (короткий, беспокойный) сон ребенка. Он может вскрикивать, плакать

во сне или просыпаться со слезами. Наблюдается снижение аппетита, возможен стойкий отказ от еды. Также возможны такие невротические реакции, как рвота, энурез, тики, бесконтрольный стул, заикание, пристрастие к личным вещам, страхи, неуправляемость в поведении, истерические реакции. Дошкольник может пребывать в активном эмоциональном состоянии, для которого характерны: плач, негодующий крик, агрессивно-разрушительное поведение. Или, напротив, быть пассивным, подавленным, напряженным, избегать общения со сверстниками. Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям, осложнениям, в т.ч. к замедлению роста и прибавке в весе. Может возникнуть задержка речевого развития. Заболевания случаются более трех раз продолжительностью свыше десяти дней. Чтобы избежать подобных осложнений, необходимо готовить ребенка к поступлению в детский сад заблаговременно.

Для обеспечения оптимального течения адаптации важен постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение, индивидуальный подход к каждому дошкольнику со стороны специалистов детского сада, а также слаженная работа педагогов с детьми и их родителями.