**Консультации для родителей
«адаптация детей к доО»**

Адаптация в переводе с греческого языка означает «приспособляю». Адаптация – это процесс приспособления организма на социальном, физическом и психическом уровне. В 90-х годах государством было принято решение о закрытии групп раннего возраста с тем, чтобы воспитанием детей занимались самые близкие для них люди (мама, папа, бабушка, дедушка). Но оказалось, что эта мера не оправдала себя, так как многие родители не имеют специального педагогического образования, и воспитание детей было пущено на самотек.

В последние годы увеличилось количество детей, поступающих в ДОО в более раннем возрасте (с 1,5 лет). И это послужило причиной того, что сейчас уделяется большое внимание процессу адаптации детей.

Когда ребенок поступает в детский сад, он попадает в новые условия. Меняются режим дня, питания, температура помещения, характер общения. Все это приводит к изменению поведения ребенка: нарушается его аппетит, ухудшается эмоциональное состояние.

У некоторых детей происходит потеря уже имеющихся навыков. В период адаптации многие дети болеют; основная причина – это состояние эмоционального дискомфорта, что приводит к снижению сопротивляемости организма.

Характер адаптации зависит от возраста ребенка. Наиболее трудно приспосабливаются к новым условиям дети до 1,8–2 лет. В этом возрасте начинают формироваться устойчивые привычки, а возможностей для их перестройки еще нет.

После двух лет адаптация происходит быстрее, так как изменяется подвижность нервных процессов. Малыши более любознательны, их можно заинтересовать. Однако дети одного и того же возраста по-разному привыкают к новым условиям. Это зависит от индивидуальных особенностей нервной системы.

На характер адаптации оказывает влияние и то, из каких условий ребенок приходит в детский сад, что меняется в его жизни. Часто режим изменяется полностью – тогда ребенок легче привыкает, если режим в семье соответствует его возрасту.

Основные факторы, облегчающие процесс адаптации: сформированность у ребенка навыков самообслуживания, приученность к режиму дня, организация педагогического процесса в первые дни вхождения ребенка в ДОО в соответствии с теорией привязанности (это особый врожденный вид эмоционально теплых отношений между ребенком и матерью).

Для этого пребывание мамы в группе в первые дни должно быть постоянным, затем постепенно сокращаться, и последний этап – полное ее отсутствие.

От педагога во многом зависит, как будет происходить адаптация. Для эффективного прохождения адаптации ребенок должен быть расположен к педагогу. Чтобы четко соблюдался режим дня, деятельность детей осуществляется планово.

Пребывание детей должно быть содержательным и насыщенным. очень важное условие – правильно созданная развивающая среда. Для того чтобы облегчить процесс адаптации, работу надо начинать до поступления ребенка в детский сад. При составлении списков родители должны познакомиться с воспитателем, узнать все интересующие их вопросы. Проводится анкетирование (о состоянии здоровья, эмоциональном состоянии, о взаимоотношениях ребенка в семье (общение) и познавательных процессах).

Основные этапы в адаптационный период: анкетирование родителей; родительское собрание; создание медико-психолого-педагогической службы; правильное формирование группы (пребывание по графику, не более трех детей в неделю).

Адаптация может протекать быстро и длительно. исходя из этого, ее разделяют на три этапа (степени): 3–5 дней – легкая степень; от 5–7 дней до 10–14 дней – средняя; от 14 дней до 2 месяцев и более – тяжелая степень.

С момента поступления ребенка в детский сад на него заводится лист адаптации, где указываются настроение, аппетит, сон, активность в игре, речи, взаимоотношения с детьми, взрослыми.