**Адаптация ребенка в детском саду.**

Почти у каждого ребенка наступает новый период жизни - детский сад. Для него это, прежде всего первый опыт коллективного общения.

Дети индивидуальны и каждый ребенок этот период переживает по-разному. Адаптация ребенка к детскому саду – это волнительный момент, как для родителей, так и для самого ребенка. Не все дети легко адаптируются к новым условиям, новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу. Одни дети привыкают к детскому саду быстрее и проще, а другие дольше и сложнее. Чтобы помочь ребенку, мы должны понимать, от чего зависит успешная адаптация и как решать возникающие проблемы. О том, как облегчить привыкание ребенка к детскому саду и помочь ему влиться в коллектив сверстников, я расскажу в сегодняшней статье.

Адаптация у всех проходит по-разному одни дети привыкают к садику за 2-3 недели, у других на это может уйти пара месяцев или больше. Какой будет адаптация в детском саду – зависит от родителей, воспитателей и самого ребенка. Когда ребенок начинает посещать садик, адаптация затрагивает не только его, но и родителей. Но взрослым намного проще с ней справиться, потому что их организм более стрессоустойчивый.

Детская адаптация протекает сложнее, потому что у ребенка во время адаптации происходит перестройка деятельности практически всех систем детского организма (психологические и физические) изменения. В этот трудный период у ребенка нарушается сон, пропадает аппетит, становится агрессивным и капризным, замыкается в себе, а также слабеет иммунитет. Педагоги и психологии выделяют три стадии адаптации ребенка: легкая; средняя; тяжелая.

Легкая адаптация к детскому саду проходит за короткий период времени. Почти за три недели ребенок привыкает к саду, идет с удовольствием, контактирует с детьми и педагогом, активно проявляет себя в образовательной деятельности. Даже при такой степени адаптации у ребенка могут в первые недели посещения детского сада наблюдаться нарушения сна и аппетита, небольшая нервозность и капризность, потому что меняется режим дня, появляются новые люди и обязанности.

Средняя адаптация у ребенка затягивается почти на полтора месяца. В начале ребенок часто болеет, настроен негативно, однако, дезадаптации нет и общается с коллективом он вполне нормально. Ребенок неохотно идет в группу, капризничает, злится, но тем не менее медленно вливается в коллектив. Такие дети обычно мало ходят, часто болеют, тяжело проходит расставание с мамой, плачут, но потом успокоившись, вливаются в игру и образовательную деятельность.

Тяжелая адаптация в детском саду характерна детям с высокой чувствительностью, низким уровнем социализации или повышенной агрессивностью. Привыкание в этом случае может длиться от пары месяцев до нескольких лет, иногда малыш так и не приспосабливается к детскому учреждению и родителям приходится забирать его на домашнее воспитание. У таких детей отсутствует контакт с педагогом и сверстниками, сильный плач, отказ от еды, агрессивны, не участвуют в образовательной и развивающей деятельности. Такая степень адаптации встречается достаточно редко. Одни малыши проявляют агрессию к окружающим, другие полностью уходят в себя. Такие дети могут привыкать к садику очень долго (до нескольких лет). Способы преодоления тяжелой адаптации заключаются в своевременном обращении к психологу, постоянном контакте с ребенком и воспитателями, установлении доверительных отношений с малышом. Иногда полезно взять паузу в посещении ДОУ на 1-2 месяца. В зависимости от того, какая у ребенка степень адаптации к детскому саду, родителям и педагогам необходимо выстраивать свои пути взаимодействия с малышом: одного нужно просто поддержать, другого – подбодрить, третьего –пожалеть.

Если взрослым удастся найти подходящую стратегию поведения, то в скором времени психологическая и физическая адаптация крохи к садику закончится, и он будет ходить туда более спокойно.

Список используемой литературы:

1. Педагогика раннего возраста. /Под ред. Г.Г. Григорьевой, Н. П. Кочетковой, Д.В. Сергеевой.
2. Социальная адаптация детей в ДОУ / Под ред. Р.В. Тонковой-Ямпольской.