**«Адаптация»**

При поступлении в ДОУ все дети проходят через адаптационный период. Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях:

1) физиологическом – ребёнок начинает часто болеть;

2) психологическом – ребёнок может капризничать, плохо есть и спать, он может быть агрессивным или подавленным, много плакать;

3) социальном – ребёнок «теряется» в окружающем мире, становится менее самостоятельным.

Для всех семей острый период адаптации индивидуален. Он может иметь разную длительность:

1) лёгкая – около месяца требуется ребёнку, чтобы приспособиться к новым условиям;

2) средняя – ребёнок приспосабливается за два месяца;

3) тяжёлая – ребёнок приспосабливается за три месяца;

4) очень тяжёлая – около полугода и более.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода: возраст,

- состояние здоровья,

- умение играть,

- умение общаться со взрослыми и сверстниками,

- одинаковый режим в датском саду и дома.

Причины тяжёлой адаптации к условиям ДОУ:

- неумение себя обслужить,

- отсутствие опыта общения со взрослыми и сверстниками,

- неумение занять себя игрушками,

- наличие вредных привычек,

- различный режим ДОУ и семьи.

Призовите на помощь сказку или игру – это во многом поможет при плохой адаптации.

Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неуютно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в ней ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком. Ни в коем случае не прерывайте повествования. Пока не настанет этот момент.

Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании.

Вот несколько советов.

- И дома и в саду говорите с малышом уверенно. Спокойно.

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, которым ему легче расстаться.

- Обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте, когда.

- У вас должен свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

По выходным играйте с детьми в настольные игры:

«Дорога от дома к детскому саду, «Наш дом», «Мамина работа», «Папина работа», «Магазин», «Детский сад».

Скорее всего, ваш ребёнок прекрасно справится с изменениями в жизни. Задача родителей в это период – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

После преодоления трудностей поведение ребёнка нормализуется, он вернёт себе утерянные в острый период достижения и начнёт демонстрировать новые знания и умения.

Спасибо за внимание. Слайд с рекомендуемой к прочтению литературой.