



Воспитатель: Редькина И.В.

Консультация для родителей

«Адаптация к детскому саду детей до 2-х лет»

Адаптация – от латинского «приспосабливаю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций расстройством сна, аппетита. Адаптационный процесс может иметь разную степень тяжести на различных этапах. **Легкая адаптация:** ребенок в норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первых 2-3 недель посещения сада. **Средняя адаптация:** сдвиги в поведении нормализуются в течение месяца, может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса. **Тяжелая адаптация:** ребенок часто болеет, теряет полученные навыки, может наступить, как физическое, так и психическое истощение организма. Психика маленьких детей очень неустойчива. Родителям важно в период адаптации быть внимательными к поведению и физическому здоровью ребенка. Обычно период адаптации детей к условиям ДОО не превышает двух месяцев. Но для того чтобы он прошёл без лишних потрясений, мы все должны постараться максимально избавить новичков от травмирующих их факторов. Что же для этого нужно? 1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребёнок идёт в детский сад, там ему будет хорошо, о нём будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошёл в садик». 2. В уголке для родителей висит листок режима дня ребёнка. Это ещё один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большой степени с режимом ДОО. И стараться максимально придерживаться этого режима. 3. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

И ещё один маленький, но очень важный момент. В детский сад надо идти в хорошем настроении. Ведь в группе ждут друзья!