***Адаптация после длительного отдыха***

 Адаптационный период проходит не только у вновь поступивших в детский сад детей, но и у детей, вернувшихся в дошкольное учреждение после летних каникул, ремонта, карантина. Ребенок может отказываться от пищи, вдруг начать просыпаться «в луже», «выдавать» повышенную температуру и сыпь, неожиданно стать плаксивым или агрессивным.

Ни одно такое явление не возникает на пустом месте.

Существует причина, и наша задача — найти ее дома или в детском саду. Допрашивание ребенка обычно бывает безрезультатно, дети иногда сами не осознают причину тревоги.

 Дома в период адаптации надо обеспечить ребенку щадящий режим (рациональное питание, дневной сон, более продолжительное время пребывания на свежем воздухе) с учетом врачебных и педагогических рекомендаций.

 Обстановка в семье должна быть спокойной, обращение родителей с ребенком особенно ласковым. Когда адаптация к детскому саду произойдет, родители узнают это по изменившемуся поведению ребенка. Его легко можно рассмешить, ребенок редко выходит из себя и капризничает не чаще одного-двух раз в неделю, и то, когда на это бывают какие-либо причины. Малыш ложится спать спокойно, не выводя окружающих из терпения, у него нет ночных кошмаров или странных страхов (пойти в другую комнату, потрогать какой-либо предмет и т. п.), он почти не мочится в постель. У него появляются друзья, с которыми он охотно играет. Если эти добрые перемены произошли, значит, все в порядке, малыш привык к детскому саду и у него началась новая и интересная жизнь. В детском дошкольном учреждении он получит много нового и полезного.

 Психологи утверждают, что дети, выросшие в саду, легче «домашних» детей развивают разнообразные контакты в обществе. Их проще научить волевой регуляции поведения — умению согласовать свои действия и действия других (детей и взрослых), контролировать эмоции.

 Даже конфликты, переживаемые детьми в более щадящих условиях (чем на улицах, например), будут им на пользу. Они стремятся отстаивать свои интересы и закаляются психологически.

 «Домашние» дети сталкиваются с определенными проблемами, появившись в новом коллективе, в непривычных условиях. Причем, чем старше ребенок, отдаваемый в детский сад, тем сложнее ему приспособиться ведь, кроме радости от родительской любви, ему приходилось нести немалый груз родительских ошибок. И если дома ребенка окружает безграничная любовь, то в детском саду обычно трудности быстро разрешаются и тревожное состояние проходит.