**Адаптация детей к ДОУ**

Адаптация детей к ДОУ. Задача взрослых, и в первую очередь медицинского персонала дошкольного образовательного учреждения, - оказать каждому пришедшему в детский сад ребенку медико-психологическую помощь в адаптации.

Большое значение для легкой и быстрой адаптации, адекватного физиологическому возрасту развития имеет и темп происходящих в физическом, психическом, интеллектуальном состоянии изменений. Это определяется прежде всего индивидуальными конституционально-генетическими особенностями ребенка.

Поведение ребенка определяется его возрастными интересами: тем, к чему он стремится, чем способен увлечься. В основе развития ребенка лежит эволюция его интересов, структуры его поведения. Диагностику возможностей и психосоматического состояния детей дошкольного возраста, посещающих ДОУ, нужно проводить с учетом всех их индивидуальных особенностей и возрастных потребностей.

Одно из важнейших понятий, влияющих на адаптацию ребенка в ДОУ, - социальная ситуация его развития. Обследуя и проводя диагностику психосоматического состояния ребенка, развития его способностей и интеллекта, следует учитывать динамику взаимоотношений малыша с окружающими его людьми. Именно социальные отношения могут прояснить своеобразие индивидуальных качеств ребенка. Это поможет воспитателям и медицинскому персоналу ДОУ выбрать правильную, эффективную в отношении конкретного ребенка тактику в организации воспитательных, развивающих и укрепляющих здоровье мероприятий, а также мероприятий, помогающих его адаптации к условиям ДОУ.

Программа развития должна иметь индивидуальный подход, быть личностно-ориентированной, чтобы адаптация прошла безболезненно, легко и быстро. Ребенок должен чувствовать себя уверенно, ощущать поддержку со стороны взрослых, а для этого при первом медицинском обследовании нужно выявить индивидуальные особенности, социальные условия воспитания, его окружение и состояние здоровья.

При обследовании ребенка, поступающего в ДОУ, следует учитывать данные предыдущих осмотров: перенесенные им заболевания, детские инфекции, которым он подвергался, прививки, которые ему были сделаны, аллергоанамнез, дефекты развития, наследственность, развитость речи и других функций организма.

Обычно родители приводят ребенка в дошкольное образовательное учреждение на 2-3-м году жизни. Поскольку ребенок в этом возрасте очень привязан к матери, адаптация к новым для него условиям приводит к сбоям в работе организма, общему снижению иммунитета, что, в свою очередь, может привести к заболеванию. Чаще всего в таких случаях возникают респираторные заболевания. Чтобы этого не произошло, следует проводить мероприятия, которые помогут преодолеть негативные последствия адаптации, будут способствовать укреплению психологического и физического состояния ребенка. Они касаются сферы ухода, физического развития, закаливающих процедур, формирования гигиенических и других навыков.

Адаптация детей к ДОУ.

Советы родителям по подготовке ребенка к поступлению в ДОУ:

1) укреплять иммунитет ребенка, проводить закаливание;

2) приучать малыша к самообслуживанию, умению самостоятельно потреблять пищу;

3) учить чистоплотности и аккуратности, приучать к ежедневному выполнению гигиенических процедур;

4) постепенно корректировать режим дня ребенка, приближая его к режиму детского сада;

5) учить гребенка играть самостоятельно;

6) водить ребенка на детскую площадку и учить общаться с другими детьми;

7) перенести начало посещения детского сада на более раннее время, если в семье ожидается прибавление.

Советы родителям по облегчению адаптации ребенка к ДОУ:

1) первый раз привести ребенка в детский сад только для знакомства с группой и воспитателем;

2) постепенно увеличивать время пребывания ребенка в детском саду, оставляя его сначала до завтрака, потом до обеда. Затем забирать после сна и только потом оставлять на целый день;

3) самим забирать ребенка из детского сада на протяжении всего адаптационного периода;

4) рассказать воспитателю и медперсоналу ДОУ об особенностях и привычках ребенка (какие нравятся сказки, во что любит играть, как реагирует на громкие звуки, большое количество людей, от чего плачет и т. д.);

5) принести из дома игрушку, фотографию, книжку, чтобы ребенок не чувствовал себя одиноким, брошенным, имел хоть что-то из Привычной ему обстановки;

6) обязательно расспрашивать ребенка о том, как прошел его день в ДОУ, похвалить его за поведение, удачи;

7) в выходные, период болезни и другие дни, когда ребенок находится вне детского сада, уделять ему достаточно внимания, чтобы он не чувствовал себя брошенным;

8) не переводить малыша в другой детский сад.

Эти меры помогут детям быстрее пройти период адаптации и вернуться в привычное физиологическое и психическое состояние.

Для того чтобы у ребенка сложился положительный образ ДОУ, родителям в семье следует всегда положительно отзываться о работе воспитателей, об условиях жизни, оформлении интерьера, режиме детского дошкольного учреждения, несмотря на возможное критическое личное отношение. Если малыш в чем-либо отстает, с чем-то не справляется, ему следует оказать поддержку, настроить его на позитивный лад, научить преодолевать препятствия. Невыполнение каких-либо требований воспитателей и медперсонала ДОУ ведет к отрицательным формам поведения ребенка; чтобы этого избежать, необходимо убедить его в необходимости подчиняться требования режима ДОУ. Психологическая готовность к посещению ДОУ - один из важнейших показателей его психического и физического развития.

Успешность адаптации зависит от достигнутого ребенком уровня психического и физического развития, состояния его здоровья, степени закаленности, привитых ему навыков самообслуживания, умения общаться со взрослыми и сверстниками, личностных качеств ребенка, степени его тревожности, личностных качеств и социального положения его родителей.

Адаптация-всегда живой, активный процесс вживания ребенка в коллектив, привыкания его к новым условиям, она может быть как успешной, так и негативной, стрессовой. Чаще период адаптации вызывает как раз стрессовую ситуацию в организме.

При адекватной адаптации ребенок испытывает внутренний комфорт, эмоциональную удовлетворенность, его поведение отличается способностью быстро и без сопротивления выполнять любые требования, которым подчиняется детский коллектив.

Подготовлено по материалам сайта: http://www.medmoon.ru/rebenok/meroprijatija\_po\_oblegcheniju\_adaptacii\_detei\_k\_dou\_.html