**Характеристика групп адаптационного периода**

Первая группа. Большинство детей резко отрицательно и бурно выражают свое отношение к происходящему: громко плачут, бросаются на пол, царапаются, кусаются, щиплют тех, кто оказывается рядом. Они - то просятся на руки к взрослому, то бегут к двери с яростью расшвыривают предлагаемые игрушки. Устав от бурного проявления протеста, малыш может внезапно уснуть, привалившись к взрослому или уткнувшись носом в стол, чтобы через 3-4 минуты с новой энергией продолжить плач до хрипоты. Дети этой группы привыкают в течение 20-30 дней.

Вторая группа - немногочисленная, два-три ребенка, которые после расставания с мамой замыкаются, бывают крайне напряжены, насторожены. У них хватает сил только на то, чтобы сделать несколько шагов от порога в сторону и забиться в ближайший угол, спиной к стене, отгородившись от всех стулом, а лучше столом. Эти дети, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживают рыдания, сидят, уставившись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Накормить их хоть чем-то, высадить на горшок очень трудно. Они молчат, не реагируют ни на одно предложение, отворачиваются при попытке вступить с ними в контакт. И только увидев в дверях маму, оживают; с трудом передвигая ноги, устремляются к ней, а то и просто приползают и, уткнувшись в ее колени, горько рыдают. Адаптация таких детей длится два-три месяца, протекает очень сложно.

Характер и длительность адаптационного периода зависят также и от индивидуально-типологических особенностей детей. Застенчивые, замкнутые, робкие трудно, болезненно переносят разлуку с мамой, более длительное время привыкают, чаще болеют.

В третью группу можно выделить коммуникабельных, общительных малышей. Впервые переступив порог детского сада, такой карапуз совсем не робеет, здоровается с взрослыми, улыбается и тут же берет в свои руки инициативу общения с ними. Он сообщает, что пришел к детям в гости, хотя даже не смотрит в их сторону, а весь устремлен к взрослому. Вся его энергия направлена на презентацию себя как личности. Он спешит рассказать, какие у него дома необыкновенные игрушки, рыбки или птички, какой у него большой брат и какой есть друг-школьник. Целый день он рассказывает о своей семье, о том, где успел побывать, что успел повидать. Он с удовольствием демонстрирует свои умения: самостоятельно ест, раздевается и ожидает заслуженной похвалы, хотя лишь пробует еду, а в постели лежит, не выпуская взрослого из поля зрения, но такая идиллия длится не более двух-трех дней, на большее у него не хватает объема информации. Теперь уже, увидев издали здание детского сада, он впадает в отчаяние, резко протестует, цепляется за маму и по стилю поведения не отличается от детей первой группы.

Характер и длительность адаптации зависят и от жизненного опыта малыша.

Ребенок из большой семьи, где есть дедушка и бабушка, тетушки и дядюшки, живущий среди шумной ватаги братьев и сестер, умеющий беспроблемно выстраивать собственный стиль поведения с каждым членом семьи, точно зная, чего от кого можно ожидать, и в группе с удовольствием идет на контакт с незнакомыми людьми, с интересом обследует незнакомую обстановку. Так же легко и быстро адаптируются дети, которых родители часто оставляли на попечение соседки, отвозили на недельку погостить у бабушки или брали с собой в шумную компанию друзей, где малыша кто-нибудь кормил, укладывал вздремнуть на часок. Нет проблем с адаптацией у детей, живущих в коммунальных квартирах. Здесь ребенок набирается житейского опыта, самостоятельно обходя родные пенаты. Он отлично ориентируется в обстановке и безошибочно знает, какую дверь лучше обойти стороной, а в какую можно упорно стучать кулаком и даже ногой, ожидая, когда впустят и окажут радушный прием. Такие дети, попав в группу, сразу же ориентируются на поведение взрослого и по его реакциям понимают, что здесь делать можно, а чего нельзя. Им нравится обилие разных помещений и разнообразие игрушек.

Отличается поведение детей, родители которых живут семейным мирком, отгородившись от всего света; их круг общения резко ограничен. Во время прогулок мама обходит стороной шумные детские площадки, опасаясь подхватить какую-нибудь детскую болезнь.

В некоторых семьях папа до ночи на работе, а мама целыми днями один на один со своим малышом. В таких условиях у ребенка закрепляется симбиотическая связь с матерью: оставшись даже на короткий срок без нее, он впадает в панику. В таких случаях адаптационный период бывает крайне тяжелым и даже может послужить поводом для формирования детского невроза.

Не имея никакого жизненного опыта, в отрыве от любимого взрослого, в чужой обстановке, ребенок может быть напуган настолько, что иногда начинает вести себя неадекватно: переходит на ползание, даже если уже начал ходить; замолкает, начав говорить. Дети не воспринимают речь незнакомого человека, так как им непривычны тембр голоса, дикция; не могут из-за переживаний вникнуть в речь взрослого и т. д. В незнакомой обстановке они ко всему относятся с опасением: отказываются брать ложку, прикоснуться к хлебу, протянуть руку к струе воды и т.п. Имеющиеся у них навыки по самообслуживанию на время исчезают даже в домашних условиях; надолго нарушаются характер и длительность сна.

**Оценка характера адаптации ребенка к новым условиям**

Ф.И.О. ребенка, возраст на момент поступления в ДОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатели |  Проявления | Оценка в баллах |
| На моментпоступления | Через2недели | Через3недели | Через 1месяц | Через2месяца |
| Настроение | Бодрое, жизнерадостное –2 балла;Неустойчивое: спокойное настроение сменяется беспокойством, тревогой –1 балл;Устойчиво негативное:аффективное, раздражительное или подавленное – 0 баллов |  |  |  |  |  |
| Сон | Спокойный, глубокий, длительный, не требует содействия взрослого – 2 балла;Достаточно длительный, но не глубокий, успокаивается при помощи взрослого – 1 балл;Прерывистый, беспокойныйкороткий, содействие взрослого существенного влияния на сон не оказываетможет отказаться от сна – 0 баллов |  |  |  |  |  |
| Аппетит | Стабильно хороший – 2 балла;Неустойчивый – 1 балл;Отказ от еды – 0 баллов |  |  |  |  |  |
| ОтношениеК предмет-ному миру | Инициативность, любознательность – 2 баллаНеустойчивый интерес,низкая активность – 1 балл пассивность, равнодушиеили отказ от деятельности- 0 баллов |  |  |  |  |  |
| Отношение ко взрослым | Инициативность в общении,интерес ко взрослому – 2 балла;Неустойчивый интерес, низкая активность – 1 балл;Пассивность, равнодушие,избегание, отказ от общения- 0 баллов |  |  |  |  |  |
| Отношение к сверстникам | Инициативность в общении,интерес к сверстникам – 2 балла;Неустойчивый интерес, низкая активность – 1 балл;Пассивность, равнодушие,избегание, отказ от общения- 0 баллов |  |  |  |  |  |

***Советы родителям в адаптационный период***

1. Первое время приводить ребенка на 2-3 часа.
2. Если ребенок трудно привыкает к детскому саду, то мама может находиться в группе вместе с ребенком, чтобы познакомить ребенка с окружающей его обстановкой и “влюбить” в воспитателя.
3. Сон и еда являются стрессовыми ситуациями для детей, поэтому в первые дни пребывания ребенка в детском саду не оставляйте его на сон и прием пищи.
4. Первые 2-3 недели ребенка рекомендуется приводить и забирать одному и тому же члену семьи.
5. В период адаптации, в связи с нервным напряжением, ребенок ослаблен и в значительной мере подвержен заболеваниям. Поэтому в его рационе должны быть витамины, свежие овощи и фрукты.
6. Тщательно одевать ребенка на прогулку, чтобы он не потел и не замерзал, чтобы одежда не стесняла движений ребенка и соответствовала погоде.
7. Помнить, что период адаптации - сильный стресс для ребенка, поэтому нужно принимать ребенка таким, какой он есть, проявлять больше любви, ласки, внимания.
8. Если у ребенка есть любимая игрушка, пусть он берет ее с собой в детский сад, с ней малышу будет спокойнее.
9. Интересоваться поведением ребенка в детском саду.
10. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

Адаптация ребенка в ДОУ

– это не только процесс привыкания ребенка к дошкольному учреждению на первых порах, но и выработка умений и навыков в поведенческой жизни. Проблема адаптации ребенка раннего возраста остается неразработанной в практике дошкольного образования. Сегодня количество детей, имеющих отклонения в поведении (агрессивность, тревожность, гиперактивность и т.д.), невротические расстройства, продолжает расти. Таким детям труднее адаптироваться к новым социальным условиям. Следует отметить, что невротические расстройства — преходящие состояния, т.е. их отличает динамизм, они могут быстро возникать при стрессовых ситуациях и достаточно быстро исчезать, даже при небольшой помощи, устраняющей психогенные факторы. Особенно это касается невротических реакций, они являются начальной формой психической дезадаптации, т.е. поведенческой реакцией, неадекватной внешнему стимулу.

Если рассматривать адаптацию к ДОУ как некий критический для ребенка фактор, то необходимо отметить возможность проявлений стресса.

Анализ причин стресса, закономерностей его течения, различных его последствий дает возможность увидеть способы уменьшения неблагоприятных влияний на ребенка в критических ситуациях, увеличить содействие благоприятных эффектов. Например, Н.И. Гуткина определила причины стрессовых перегрузок в детском саду: длительное нахождение в большом коллективе детей, часть из которых неприятна ребенку; строгие, непривычные дисциплинарные правила, за невыполнение которых наказывают; фрустрация каких-то потребностей ребенка; общение сразу со многими взрослыми людьми, часть из которых ребенку неприятна, зависимость от них. А.И. Захаров подчеркивает, что в начале посещения ДОУ адаптационный стресс изменяет реактивность (защитные силы организма), и ребенок начинает часто болеть ОРЗ, бронхитами, инфекциями. К тому же у плохо адаптированных детей старшего дошкольного возраста больше вероятность появления или закрепления психомоторных нарушений (тиков, заикания). Понятно, что пристальное внимание специалистов к вопросам психопрофилактики и предотвращения дезадаптации детей к ДОУ не случайно.

К сожалению, проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения. В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса:

1) острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижениювеса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

2) подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3—5 месяцев);

3) фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития. Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

• легкая адаптация — сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного;

• адаптация средней тяжести — сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;

• тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.