**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**« Детский сад № 42»**

**Доклад**

**«Проблемы адаптационного периода»**

 **Подготовила**

 **воспитатель:**

**Колдаева В.Г.**

**Саранск**

**2020**

**Адаптация** - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Проблема адаптации детей к дошкольному образовательномуучреждению является, несомненно, актуальной в современном обществе. С каждым годом количество детей в ясельных группах увеличивается. Родители в большинстве случаев не готовят своих детей к детскому саду, целиком и полностью полагаясь на педагогов. Но они глубоко заблуждаются, тем самым усложняя адаптацию детей в дошкольном образовательномучреждении, которая и без этих причин является очень сложным процессом.

Установлено, что в раннем возрасте адаптация происходит дольше и труднее, часто сопровождается болезнями. Дело в том, что в этот период интенсивно физически развивается организм, созревают психические процессы. А на этапе становления дети в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам. Новые условия и как ответная реакция новые формы поведения требуют определенных усилий и умений со стороны ребенка. От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависит и течение адаптационного периода.

В адаптационный период особенно важно создать атмосферу доброжелательного взаимообщения, обогащающего чувственную сферу, обеспечить каждому ребенку эмоциональный комфорт.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

От чего же зависят характер и длительность адаптационного периода?

Исследования педагогов, медиков *(Н. М. Аксарина, Н. П. Жукова, Р. В. Тонкова-Ямпольская и др.)* показывают, что характер адаптации зависит

от следующих факторов:

• возраста ребенка,

• состояния здоровья и уровня развития ребенка,

• биологических и социальных факторов,

• уровня тренированности адаптационных механизмов,

• опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми.

Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

• При легкой адаптации отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется. Ребенок ,как правило не заболевает в период адаптации.

• При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

• Самой нежелательной является тяжелая адаптация, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно *(иногда этот процесс длится несколько месяцев)*. В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения.

Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.

Подготовка ребёнка к дошкольному образовательному учреждениюзаключается в следующем:

• развитие у ребёнка самостоятельности (умение пользоваться ложкой и вилкой, умываться, одеваться и раздеваться, пользоваться горшком);

• максимальное приближение режима дня ребёнка дома к тому, который будет в детском саду (здесь важно учесть время подъёма, время завтрака, время и длительность прогулки, время обеда, время дневного сна, время полдника);

• психологическая подготовка (нужно объяснить ребёнку, что такое детский сад и с какой целью он будет его посещать)

Выполнение этих задач обеспечит путь к решению проблемы. Главной целью является то, чтобы дети с удовольствием ходили в детский сад, а разлука с родителями не была столь болезненной. Также важно обратитьвнимание на то, что ребёнка нельзя с первых же дней надолго оставлять в детском саду без родителей. Начинать нужно, по возможности, с небольших интервалов, постепенно увеличивая их. Это также поможет ребёнку привыкать к новой обстановке не столь болезненно.

Таким образом, можно сказать, что проблема адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения вполнерешаема. И главным ключом к её решению является взаимодействие, сотрудничество и согласованность, как родителей, так и дошкольного образовательного учреждения. Если с каждой стороны ребёнку будут помогать, то есть соблюдать все рекомендации, то процесс адаптации приведёт к позитивному результату.