

Адаптация ребёнка

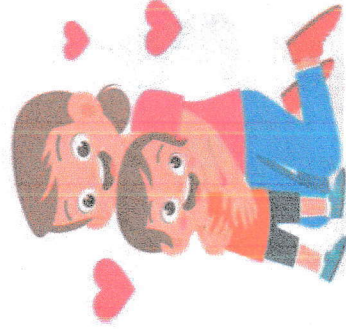
Адаптация-процесс подстройки организма к новым условиям существования. Перед систематического посещения детского учреждения очень сложен для каждого ребёнка. При **лёгкой адаптации** ребёнок спокойно входит в группу, вступает в контакт по своей инициативе. Поведение ребёнка нормализуется в течение месяца.

Во время **адаптации средней тяжести** ребёнок вступает в контакт, наблюдая за действиями взрослых, на замечания реагирует адекватно. **Тяжёлая адаптация.** Контакт с ребёнком можно установить через родителей. Ребёнок переходит от одной игрушки к другой, ни на чём не задерживаясь. Замечания или похвала оставляют ребёнка или безучастным либо он пугается и бежит за поддержкой к родителям. Родители либо игнорируют, либо опекают во всём. Могут замедляться темпы развития. Причиной болезней становится то, что все силы организма направлены на борьбу с ежедневным стрессом, что приводит к ослаблению иммунитета.

Как облегчить адаптационный период своему ребёнку?

Для этого необходимо выполнять следующие рекомендации:

- Соблюдать режим дня.
- Не допускать длительного просмотра телевизора.
- Не допускать игр на компьютере и планшетах.
- при общении с ребёнком использовать телесную терапию(объятия, поглаживания),а также хорошо расслабляют ребёнка игры с водой.
- Давать выход эмоциональному напряжению: бросать шарики в корзину, рвать газету).
- Рассказывать о саде, воспитателях и детях в радостном тоне.



К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;

-участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером должны

выступать, прежде всего, сами родители.

Требования к ребёнку должны быть последовательны и доступны

Важно также постоянно упражнять ребёнка в осваиваемых действиях,

поощрять ребёнка, давать

положительную оценку хотя бы за попытку выполнения.

Важно помнить одинаковых детей не бывает.

У всех адаптация проходит по-разному.

У каждого ребёнка свой темп привыкания. Родителям необходимо набраться терпения, быть спокойными, чтобы не передавать тревожность ребёнку.