***Советы педагога-психолога***

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период.

Адаптация - от латинского слова «приспособляю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, физиологическом.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведет к нарушению здоровья, поведения, психики ребенка.

Вот некоторые  факторы, влияющие на адаптацию.  Это:

- возраст ребенка;

- состояние здоровья;

- уровень развития;

- характеристика нервной системы;

- интерес к общению со взрослыми и сверстниками;

-сформированность предметной и игровой деятельности;

- приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Работая с детьми в период  адаптации педагогический коллектив ставит перед собой следующие цели:

1.Способствовать формированию адекватного поведения ребенка в период адаптации.

2.Поддерживать положительное эмоциональное состояние.

3.Сохранение аппетита, хорошего сна; прибавка ребенка в весе.

4.Достичь единого подхода к воспитанию, уходу и соблюдению режима дня, как в детском саду, так и в семье.

5.Создание оптимальных условий для развития ребенка.

6.Определение индивидуального плана коррекционной работы с ребенком.

В связи с этим  определены основные критерии для наблюдения за ребенком в период адаптации:

- эмоциональное состояние;

- поведение ребенка в момент расставания и встречи родных;

- особенности аппетита;

- особенности периода засыпания и сна;

- отношение к предметному миру и игрушкам;

- речевая активность;

- двигательная активность;

- общее состояние организма;

- взаимодействие со взрослыми;

- взаимодействие со сверстниками.

 Именно в тесном сотрудничестве с родителями возможно создать необходимые условия для благоприятного развития ребенка.

Адаптация к дошкольному учреждению - сложный период, как для детей, так и для взрослых: родителей, педагогов.

Для того чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад.

Ведь, приходя в детский  сад, ребенок попадает в иные условия, существенно отличающиеся от домашних. Меняются режим дня, характер питания,  температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т.п.

Детям трудно привыкать к новому учреждению, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам.

Родители испытывает тревогу за своего ребенка, и также привыкают к требованиям детского сада.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему.

***Рекомендации родителям, желающим,***

***чтобы адаптация их детей к ДОУ***

***прошла успешно.***

1. Не менее чем за две недели до того, как Ваш малыш начнет посещать детский сад соблюдать тот же режим, что и в ДОУ (подъем утром с учетом времени, которое Вы  затратите на дорогу в детский сад, завтрак, прогулка, сон). Это позволит максимально снизить физический дискомфорт ребенка при посещении детского сада.

2. Проходя мимо территории детского сада обращать внимание ребенка на деревья, цветы, играющих детей, вызывая интерес к внешней атрибутике, не акцентируя внимания на то, что ребенок в скором времени тоже будет сюда ходить. Это связано с тем, что ребенок может начать тревожиться по поводу предстоящего расставания с родителями  и к детскому саду испытывать негативные чувства.

3. Научить ребенка надевать и снимать носки, шорты, самостоятельно есть.  Проявлять терпение, пока ребенок этому учится. Чем более ребенок самостоятелен в самообслуживании, тем легче он вступает в контакт с другими людьми (детьми, и взрослыми).

4. Научить ребенка просить (говорить о том, чего он хочет, или, если ребенок еще не говорит, показывать жестами).

5. В период адаптации прояснять все интересующие вопросы, касающиеся течения адаптации у воспитателей и психолога в отсутствие ребенка.

6. Предъявлять к  ребенку в семье единые требования (со стороны всех членов семьи).