

ПЕРВЫЙ РАЗ В ДЕТСКИЙ САД!

Первое сентября традиционно дает старт новому этапу в жизни молодого поколения. Одни начинают учиться в университетах, другие – в выпускных классах, третьи – первый раз переступают порог школы.

Но есть еще одна категория «стартующих» – малыши идут первый раз в детский сад. И для них, и тем более для их родителей, – это очень важный день. Ребенок, до этого момента бывший центром вселенной своей семьи, открывает для себя новый мир, где таких, как он, много, где необходимо следовать правилам и подчиняться требованиям. Переход из тепличных домашних условий к жизни в обществе для маленького человечка связан со стрессом. Святая обязанность родителей – сделать этот период менее болезненным, сократить время адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

Вот некоторые рекомендации:

- Будьте внимательны к малышу. Ваши положительные эмоции помогут ему принять новый порядок.
- Утром прощайтесь легко и быстро. Придумайте церемонию прощания.
- Будьте терпеливы и спокойны. Если слезы не прекращаются, ребенок цепляется за Вас и не поддается уговорам, нужно хладнокровно встать и уйти. За неимением зрителей в группе, как правило, «концерт» прекращается.
- Если малыш очень привязан к маме и расстается с трудом, то пусть в детский сад его отводит папа или другой член семьи.
- Не форсируйте время пребывания ребенка в детском саду. Малыш еще очень устает, и привыкание к новым условиям должно быть постепенным.
- Беседуйте с ребенком о том, что он делал, как играл, радуйтесь успехам, даже самым маленьким.
- Не обсуждайте в присутствии малыша свои опасения, проблемы детского сада.
- Категорически запрещено при ребенке выяснять отношения с воспитателем или младшим воспитателем – даже если вы десять раз правы.
- Участвуйте во всех мероприятиях в детском саду, и вы будете знать все, чем живет ваш малыш, находясь в стенах детского сада.
- Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателей и старайтесь выполнять их требования.

**Запаситесь терпением,
и детский сад будет привычным
и уютным миром для вашего малыша!**

СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ

С целью эффективного медико-психолого-педагогического сопровождения ребенка в период привыкания к новому коллективу необходимо выявить степень его адаптации.

| | |
|----------------------------------|--|
| Легкая степень адаптации | <p>К 20-му дню пребывания в группе:</p> <ul style="list-style-type: none">– Нормализуется сон.– Нормально начинает есть.– Настроение бодрое, заинтересованное в сочетании с утренним плачем.– Отношения с близкими взрослыми не нарушаются.– Ребенок поддается ритуалам прощания.– Быстро отвлекается.– Его интересуют другие взрослые.– Отношение к детям может быть безразличным или заинтересованным.– Интерес к окружающему восстанавливается в течение 2 недель при участии взрослых.– Речь затормаживается, но ребенок может откликаться и выполнить указания взрослого.– К концу 1-го месяца восстанавливается речь.– Заболеваемость не более 1-го раза сроком не более 10 дней, без осложнений.– Вес без изменений.– Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют. |
| Средняя степень адаптации | <ul style="list-style-type: none">– Нарушения в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее.– Сон восстанавливается лишь через 20–40 дней, качество сна страдает.– Аппетит восстанавливается через 20–40 дней.– Настроение неустойчивое в течение месяца.– Плаксивость в течение всего дня.– Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню.– Отношение к близким эмоционально возбуждающее (крик, плач при расставании, встрече).– Отношение к детям безразличное, но может быть заинтересованным.– Речь либо не используется, либо речевая активность замедляется.– В игре не использует приобретенные навыки. Игра ситуативная.– Отношение ко взрослым избирательное.– Заболеваемость до 2 раз сроком не более 10 дней, без осложнений.– Вес не изменяется, несколько снижается.– Появляются признаки невротических реакций, избирательность в отношении со взрослыми и детьми.– Общение только в определенных условиях.– Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, шелушение кожи (диатез) в течение 1,5–2 недель. |

Тяжелая степень адаптации

- Ребенок плохо засыпает.
- Сон короткий.
- Вскрикивает, плачет во сне.
- Просыпается со слезами.
- Аппетит снижается сильно, надолго.
- Может быть стойкий отказ от еды.
- Невротическая рвота.
- Функциональные нарушения стула.
- Бесконтрольный стул.
- Настроение безучастное.
- Ребенок долго и длительно плачет.
- К 60-му дню нормализуются поведенческие реакции.
- Отношения с близкими эмоционально-возбужденные, лишены практического взаимодействия.
- Отношение к детям: избегает, сторонится, проявляет агрессию.
- Отказывается от участия в деятельности.
- Речью не пользуется или имеется задержка речевого развития (ЗРР) на 2–3 периода.
- Игра ситуативная, кратковременная.

В ходе исследовательской работы данные критерии подверглись уточнению. Появилась необходимость разделить возрастные периоды и ввести критерии дезадаптации.

| Степень адаптации | Показатели адаптации | |
|-------------------|--|---|
| | Возраст детей с 1 года до 2 лет | Возраст детей с 2 лет до 3 лет |
| Легкая | Поведение ребенка нормализуется в течение 7 дней – 4 недель. | Поведение ребенка нормализуется в течение 7 дней – 3 недель. |
| | <ul style="list-style-type: none"> – Ребенок соответственно норме прибавляет в весе, не болеет в течение данного периода. После отсутствия или болезни (1 раз) с желанием пришел в ДОУ. – Сохраняется нормальное эмоциональное состояние. – Хороший аппетит. – Спокойный сон. – Общение с детьми и со взрослыми. – Активные самостоятельные действия. – | |
| Средняя | – Поведение ребенка нормализуется в течение двух месяцев. | – Поведение нормализуется в течение 1 месяца. – В течение месяца ребенок может |

| | | |
|--------------------|--|--|
| | – В течение двух месяцев ребенок может переболеть до 2 раз, но с желанием приходит в группу после болезни | переболеть до 2 раз, но в группу идет с желанием |
| | <ul style="list-style-type: none"> – Ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболеваемость длительностью до 7–10 дней. – Настроение у ребенка сохраняется хорошее, спокойное. – Засыпает не скоро и ненадолго, спит спокойно. – Аппетит выборочный, но насыщенный. – Ребенок демонстрирует потребность в сотрудничестве со взрослыми и детьми, легко расстается с близкими людьми. – Осуществляет активные самостоятельные действия. | |
| Тяжелая | Адаптационный период длится до 3 месяцев. | Адаптационный период длится до 2 месяцев. |
| | <ul style="list-style-type: none"> – Засыпает с хныканьем, быстро просыпается. Сон беспокойный. – Ест долго, неохотно. – Капризничает. – С плачем расстается с родными. Отсутствие близких, их внимания вызывает тревогу и плач. Постоянное ожидание родных. – Трудно идет на контакт со взрослыми. Нет контакта с детьми. | |
| Деадаптация | Длительность адаптации до 6 месяцев и более | Длительность адаптации до 5–6 месяцев и более |
| | <ul style="list-style-type: none"> – Ребенок часто болеет, длительно отсутствует. – Не спит, капризничает, отказывается от еды. – Не играет. Уединяется. – С плачем расстается с близкими людьми. – Нет контакта с детьми. Не всегда идет на контакт со взрослыми. – Повышается температура, появляется сыпь, частые мочеиспускания. – Агрессивен с окружающими его людьми. | |

Успехов!