|  |  |
| --- | --- |
| IMG | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад «Солнышко» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края |



**АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА В ДЕТСКОМ САДУ**

Мироненко Т.М.,

воспитатель

с. Шипуново

Поступление ребёнка в детский сад – важный этап в его жизни, сопровождающийся изменением привычной для него обстановки, режима дня, разлукой с близкими людьми. Всё это обрушивается на малыша одновременно, создавая стрессовую ситуацию.

Адаптацию малыша к детскому саду можно разделить на три вида: лёгкая, тяжёлая и средняя.

* Тяжёлая адаптация может длиться месяцами (от 2 до 6 месяцев). В этот период у ребёнка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна. На лицо – резкие перепады настроения, частые срывы и капризы. Малыш часто болеет (в данном случае болезнь нередко связана с нежеланием ребёнка ходить в детский сад). Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют.
* Адаптация средней тяжести происходит в течение 1-2 месяцев. При этом ребёнок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса.
* Лёгкая адаптация длится 10-15 дней. Ребёнок прибавляет в весе, адекватно ведёт себя в коллективе, болеет не чаще обычного.

Уважаемые родители!

Если Вы наблюдаете бодрое, спокойное, весёлое настроение ребёнка в момент расставания и встреч с родителями; уравновешенное настроение в течение дня, адекватное отношение к предложениям взрослых. Общение с ними по собственной инициативе; умение общаться со сверстниками, не конфликтовать; желание есть самостоятельно. Доедать положенную норму до конца; спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени; спокойный ночной сон без просыпания до утра; если ребёнок с радостью и много говорит о детском саде, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Можно считать, что адаптационный период закончился. Вот теперь можно подумать о своих делах и о своих интересах, дорогие родители!