**Проблемы адаптации детей к детскому саду**

Ни для кого не секрет, что новые дети в детском саду доставляют много хлопот и забот воспитателям. Проявление «адаптационной» болезни – это не случайность. Дети переживают «эмоциональный стресс» со всеми его отрицательными последствиями. Но мы, взрослые, не очень задумываемся над этим и не всегда относимся достаточно серьезно.

В то же время родители склонны приписывать проявление адаптационного стресса плохой работе воспитателей. Поэтому хочется рассказать о тех мероприятиях, которые проводятся в нашем саду и которые смягчают проявления этой «болезни». Успех этих мероприятий зависит от взаимных усилий родителей и воспитателей.

Наблюдения за детьми в период адаптации показывают, что возникают сдвиги в функциональном состоянии организма ребенка, сопровождающиеся отчетливыми изменением эмоционально поведенческих реакций и другими клиническими проявлениями. Почти у всех детей отмечается реакция протеста, которая выражается в виде плача, страха, агрессивных действий или общей заторможенности, негативизма. Социальные контакты и речевая активность уменьшается вплоть до их исчезновения. Дети теряют часть приобретенных ранее навыков. У них резко снижается аппетит, нарушается продолжительность и глубина сна.

В некоторых случаях отмечается задержка темпа нервно-психического и физического развития. Вот почему не следует судить об умственном развитии ребенка в первые дни пребывания в детском саду. Соматические изменения проявляются в потере массы тела, сухости слизистых оболочек, похолодании конечностей, учащении пульса.

У часто болеющих детей и у детей с пограничными состояниями период адаптации может сопровождаться проявлением расстройств в виде энуреза, расстройства стула, обострения кожных высыпаний. Степень выраженности этих отклонений зависит от возраста ребенка, состояния его здоровья и его индивидуальных особенностей.

Поэтому при организации жизнедеятельности вновь поступивших детей должны соблюдаться как общепринятые правила, так и специальные мероприятия, рассчитанные на облегчение состояния в период адаптации.

Первичный осмотр ребенка при поступлении в ДОУ проводится врачом педиатром. Собираются дополнительные сведения по анамнезу жизни ребенка, состоянию здоровья и поведению, а также назначаются дополнительные мероприятия в период адаптации.

Общие правила поведения ребенка в период адаптации.

1. Укороченное время пребывания в детском саду, которое увеличивается постепенно в зависимости от поведения ребенка на 1-2 часа в день.
2. Сохранение привычных для ребенка воспитательных приемов (кормление, укладывание на сон и т.д.).
3. Организация бодрствования вновь поступающих детей с учетом его желания (играть одному, с детьми, участвовать в занятиях и т.п.).
4. Не применять специальных мер закаливания, обеспечить ребенку тепловой комфорт.
5. Проводить специальные мероприятия, рассчитанные на облегчение адаптационного периода у часто болеющих детей.

В первые дни разрешается.

1. Присутствие родителей, если того требует поведение ребенка.
2. Чаще предлагать ребенку теплое питье.
3. Медицинский отвод от профилактических прививок до окончания периода адаптации (не менее, чем на 1месяц).
4. По возможности не производить в учреждении травмирующих медицинских манипуляций, которые могут вызвать различные реакции к ребенка.
5. Использовать музыкальные занятия как фактор, улучшающий эмоциональное состояние и самочувствие ребенка.
6. Расслабляющий массаж.
7. Применение комплекса витаминов и препаратов, регулирующих метаболические процессы.

На протяжении периода адаптации можно рекомендовать ведение специального листа адаптации, в котором ежедневно отмечать плюсами и минусами аппетит, сон, настроение, активность, контакты со взрослыми и детьми.

Данные вносятся в лист адаптации воспитателем группы, а контролируются медсестрой и врачом. При положительной оценке всех параметров эмоционального состояния и поведения в течении 3-5 дней период адаптации считается законченным, а ребенку можно проводить необходимые оздоровительные мероприятия.

Дома также необходимо обеспечить ребенку в этот период щадящий режим (рациональное питание, дневной сон, более продолжительное время пребывания на свежем воздухе) с учетом врачебных и педагогических рекомендаций. Обстановка в семье должна быть спокойной, обращение родителей с ребенком ласковым и нежным.

Адаптация считается завершенной, если восстановлено все приобретенные навыки, которые были раньше нарушены.