**Консультация для родителей**

**«Три степени адаптации в детском саду»**

В современном мире, все чаще встречается стремление мам как можно быстрее выйти на работу после рождения ребенка. И это связано, в первую очередь с желанием заработать деньги и не потерять свои постоянные места работы. И конечно же родители ведут своих ребят в детский сад. И лишь у единиц есть возможность оставить ребёнка с няней или бабушкой.

Вот малыш переступает порог детского сада. В жизни ребенка наступает самый сложный период, период адаптации. Адаптация в переводе с латинского означает (приспособление) в широком смысле приспособление к изменениям внешним и внутренним. Адаптация ребенка предусматривает приспособление к новой социальной среде и своей роли в ней. Каждому малышу приходиться «социализироваться», то есть учиться жить среди других людей.

А родители сталкиваются с множеством вопросов. Например, как будет проходить адаптация в детском саду. Подобные сомнения и тревоги абсолютно естественны, так как на несколько лет ДОО станет если не вторым домом для ребенка, то существенной частью его жизни. К тому же именно от адаптации часто зависит психическое и физическое здоровье малыша.

Выделяют несколько степеней адаптационного процесса, характерных для малышей дошкольного возраста.

**Лёгкая адаптация**

В этом случае малыш вливается в детский коллектив за 2 - 4 недели.

Судить о том, что малыш с лёгкостью привыкает к саду, можно по следующим особенностям:

- ребенок без слёз и истерик заходит и остаётся в групповой детского сада;

- при обращении глядит в глаза педагогам, реагирует на обращение;

- способен озвучить просьбу о помощи;

- первым идёт на контакт с ровесниками;

- способен занять себя на короткий промежуток времени;

- с лёгкостью подстраивается под дневной распорядок;

- рассказывает родителям, как прошел день в детском саду.

**Привыкание средней тяжести**

Данный адаптационный период проходит не менее 1,5 месяцев.

При этом ребёнок частенько болеет, демонстрирует выраженные негативные реакции, однако невозможно говорить об его дезадаптации и неспособности влиться в коллектив.

При наблюдении за ребёнком можно отметить, что он:

-с трудом расстаётся с матерью, плачет немного после разлуки;

- при отвлечении забывает о расставании и включается в игру;

- общается со сверстниками и воспитателем;

- придерживается озвученных правил и распорядка;

-адекватно реагирует на замечания;

- редко становится зачинщиком конфликтных ситуаций.

**Тяжёлая адаптация**

Малыши с тяжёлым типом адаптационного процесса встречаются довольно редко, однако их легко можно обнаружить в детском коллективе. Некоторые из них проявляют открытую агрессию при посещении сада, другие же уходят в себя, демонстрируя полную отстранённость от происходящего. Продолжительность привыкания может составлять от 2 месяцев до нескольких лет. В особо тяжёлых случаях говорят о полной дезадаптации и невозможности посещения дошкольного учреждения:

- Ребенок не желает контактировать с ровесниками и взрослыми;

- слёзы, истерики, ступор при расставании с родителями в течение долго времени;

- отказ заходить из раздевалки в игровое помещение;

- нежелание играть, принимать пищу, ложиться в кроватку;

- агрессивность либо замкнутость;

- неадекватное реагирование на обращение к нему воспитателя (слёзы или испуг).