

Как помочь ребенку в период адаптации

Адаптация — от лат. «приспосаблию» — это сложный процесс приспособления организма, который проходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

**Врачи и психологи различают
три степени адаптации ребёнка к детскому саду:**

- **лёгкую**



- **среднюю**

- **тяжёлую**



Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:

- Возраст.
- Состояние здоровья.
- Уровень развития.
- Умения общаться со взрослыми и сверстниками.
- Сформированность предметной и игровой деятельности.
- Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.
- Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ.
- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
- Неумение занять себя игрушкой.
- Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- **самостоятельно садиться на стул;**
- **самостоятельно пить из чашки;**
 - **пользоваться ложкой;**
- **активно участвовать в одевании, умывании**

Условия уверенности и спокойствия ребёнка — это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т.е. четкое соблюдение режима.



Спасибо за внимание!!!