

*Чем легче проходит процесс адаптации, тем быстрее и чаще ребёнком начинают овладевать положительные эмоции. Радость и смех - особенно хорошие признаки того, что конец привыкания не за горами.*

**7. – речь.** От стресса и эмоциональных перегрузок ребёнок может забыть многие слова. В его речи начинают превалировать глаголы, существительных и прилагательных становится гораздо меньше.

**8. – двигательная активность.** От стресса малыш становится или слишком медлительным, или слишком быстрым. Необходимо быть внимательным и не спутать активность, обусловленную врождённым темпераментом, и нездоровую активность – следствие стресса.



**9. – сон.** В первое время ребёнок совершенно не может уснуть днём. Часто он сидит на кровати и плачет. Потом с течением времени постепенно малыш начинает забываться беспокойным сном с частыми пробуждениями. Спокойный нормальный сон приходит только после закончившейся адаптации.

**10.— аппетит.** Под воздействием стресса ребёнок может почти полностью отказываться от еды в детском саду. Изредка возможна обратная ситуация: резкое усиление аппетита и обжорство. Чем больше ребёнок привык и освоился, тем больше его аппетит возвращается к обычной норме.



**Что такое адаптация?**



**Что испытывает ребенок в первые дни посещения детского сада?**

Пачкоря О.Н.  
Воспитатель МАДОУ ДС № 37  
«Дружная семейка»

## Адаптация – это очень сложный и тяжёлый для детского организма и детской психики процесс



### Период адаптации

1. — это *отрицательные эмоции*, которые присутствуют у всех привыкающих к детскому саду детей, даже если период адаптации проходит быстро и гладко. Степень проявления может быть разной.

2. — что постоянно испытывает ребёнок в период адаптации, — *это страх*. Нет ни одного ребёнка, который бы ни разу не испытывал его во время привыкания к детскому саду. Страх вызывает новая обстановка, воспитатели, другие дети и самое основное – предположение малыша, что родители не придут вечером, бросив его в детском саду навсегда.

3. — частая реакция при адаптации – *это злость, гнев*. Ребёнок может вести себя агрессивно, протестуя против наступивших в его жизни изменений, и бросаться на каждого, кто подойдёт к нему. При этом поводом для злости может стать любой пустяк.

4. — *социальные контакты*.

Чем более общителен от природы ребёнок, тем более быстрой будет его адаптация. Общительность может полностью исчезнуть в первые дни посещения детского сада.

Через какое-то время она постепенно вернётся, но сначала ребёнок сам начнёт проявлять инициативу в общении с другими детьми.



5. — что необходимо выделить в состоянии эмоций адаптирующегося ребёнка, — *это любопытство и жажда знаний*. Под воздействием стресса познавательная деятельность угасает вместе с положительными эмоциями. В возрасте трёх лет ребёнок активно познаёт мир через игру. Поэтому, оказавшись в детском саду, малыш перестанет тянуться к игрушкам и играм с ровесниками. Возвращение познавательной активности означает постепенное «выздоровление» от стресса.

6. — *это социальные навыки*. Психика малыша испытывает такое давление, что в первые дни после начала посещения дошкольного учреждения он может разучиться о себе заботиться.

