**ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

**Дюкина Л.Г., воспитатель МБДОУ Детский сад № 129 г. Иркутска**

Адаптационный период – серьёзное испытание для детей раннего возраста: вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Врачи и психологи различают **три степени тяжести** прохождения адаптационного периода: **лёгкую, среднюю и тяжёлую.**

Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации эмоционального самоощущения малыша. его отношения к взрослым и сверстникам, частота и длительность острых заболеваний.

**Период лёгкой адаптации** длится 1-2 недели. У ребёнка постепенно нормализуются сон и аппетит, восстанавливаются эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются отношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребёнок достаточно активен, но не возбуждён. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2-3-ей недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает.

**Во время адаптации средней тяжести** нарушения в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче и привыкание к яслям или детскому саду длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 15-40 дней, настроение неустойчиво в течение месяца, значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса у игрушкам, отказывается от занятий, молчалив. Это продолжается до полутора месяцев. Также отчётливо выражены изменения в деятельности нервной системы, могут возникнуть функциональные нарушения стула, бледность, потливость, появляются тени под глазами, усиливается проявление экссудативного диатеза.

**Состояние тяжёлой адаптации** особенно беспокоит родителей и воспитателей. Ребёнок может длительно и тяжело болеть, т.е. одно заболевание без перерыва сменяет другое. Защитные силы организма уже не выполняют свою роль, не предохраняют малыша от инфекций. Аппетит снижается сильно и надолго. Может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребёнка. Его сон чуткий и короткий. Во время бодрствования малыш подавлен, избегает других детей или ведёт себя агрессивно.

**Факторы, влияющие на успешность привыкания ребёнка к яслям**

1. **Физическое состояние ребёнка.** Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями к адаптации. На состояние здоровья ребёнка влияет течение беременности родов матери, заболевания в период новорожденности и и в первые месяцы жизни;
2. **Возраст, в котором малыш поступает в ДОУ.** Ярко выраженный страх при разлуке с матерью в возрасте от 7 месяцев до 1 года свидетельствует о врождённой чувствительности ребёнка и должен учитываться при решении вопроса о том, стоит ли отдавать малыша так рано в детский сад;
3. **Степень сформированности у ребёнка общения с окружающими и и действий с предметами.** Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с тигрушками и решать предметные задачи . таким детям не стоит труда войти в контакт с любым взрослым, т.к. он владеет навыками ситуативно-делового общения.

Таким образом, состояние здоровья, умение общаться со взрослыми и сверстниками, сформированность предметной и игровой деятельности ребёнка – основные критерии готовности ребёнка к поступлению в детский сад.