Что такое адаптация ребенка

**Адаптацией** называют приспособление организма к новой обстановке. В данной статье речь идет и об адаптации ребенка к детском саду.

Некоторые проявления настроения ребенка в дни адаптации вызывают тревогу у родителей, заставляя их сомневаться в том, что он вообще сможет пройти этот период без серьезного нервного срыва.

 **Важно помнить: особенности поведения, нередко волнующие родителей, зачастую являются типичными при адаптации к детскому саду.**

Адаптационный период

Существует несколько степеней адаптации ребенка в детском саду.

**Легкая степень**

Обычно длится до недели. Это довольно короткий период, характеризующийся плохим сном малыша, потерей аппетита, нежеланием вступать в игры с прочими малышами. Постепенно все приходит в норму, наступает полное привыкание к новым условиям. К концу первой недели аппетит возвращается к прежнему уровню, режим сна восстанавливается немного дольше. Может наблюдаться затормаживание речи. Обычно эта степень адаптации не сопровождается внезапными заболеваниями.

**Средняя степень**

Длится от недели до месяца. Эмоциональное состояние малыша приходит в норму медленнее, нежели при легкой форме. В первый месяц начинают проявляться болезни: обычно в виде острых респираторных инфекций. Заболевание длится около недели и заканчивается без осложнений. На восстановление аппетита требуется месяц или немного больше. Эмоциональный фон неустойчив, настроение часто меняется. В течение дня наблюдается плаксивость. В отношениях с близкими людьми ребенок эмоционально возбужден: при расставании и встрече плачет или кричит. Отношение к сверстникам чаще безразличное, но заинтересованность тоже может проявлять. Замедляется речевая активность.

**Тяжелая степень**

Самая сложная степень адаптации ребенка в детском саду, длящаяся 1-2месяца (или больше). Эмоциональное состояние малыша очень медленно восстанавливается. Дошкольник может перенести несколько заболеваний, протекающих с осложнениями.