

Ребенок в семье привыкает к определенному режиму, к способу кормления, укладывания, у него формируются определенные взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

Если установленный в семье порядок чем-либо нарушается, то у ребенка могут возникнуть различные **временные нарушения обычного поведения** (отрицательные реакции: плач, раздражительность). Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что маленькому ребенку трудно быстро перестроить уже сформировавшиеся у него привычки.

Однако мозг ребенка очень пластичен. Если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не резко нарушают привычный образ жизни, то у ребенка быстро восстанавливается уравновешенное поведение, и ребенок адаптируется к новым условиям в его жизни без каких-либо отрицательных последствий.

У детей при поступлении в детский сад очень резко меняются условия жизни. Меняется привычная температура помещения, микроклимат, получаемая пища. Ребенка окружают новые люди, меняются приемы воспитания, вся обстановка. Ко всему этому ребенку надо **приспособиться, перестроить сложившиеся ранее стереотипы.**



Изменение социальной среды сказывается как на физическом, так и на психическом здоровье детей. В этот период у ребенка происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Находясь на этапе становления, они в наибольшей степени **подвержены колебаниям и даже срывам.**

Процесс приспособления не всегда проходит легко и быстро. У многих детей в период адаптации нарушается аппетит, сон (не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый), эмоциональное состояние. Иногда без каких-либо видимых причин повышается температура тела, нарушается деятельность кишечника, появляется сыпь.

Приспособление к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3-4-й день и привыкают к новым условиям жизни совсем без каких-либо нарушений здоровья, психического состояния и поведения. У других период адаптации длится месяц, а иногда и более.

Установлен ряд факторов, определяющих насколько легко пройдет адаптационный период. Эти факторы связаны и с физическим, и с психическим состоянием ребенка.

1. Состояние здоровья и уровень развития.

Здоровый, развитый по возрасту, малыш обладает лучшими возможностями системы адаптационных механизмов, он лучше справляется с трудностями. На состояние его здоровья влияет течение беременности и родов у матери, заболевания в период новорожденности и первые месяцы жизни, частота заболеваемости в период перед поступлением в детское учреждение. Отсутствие правильного режима, достаточного сна приводит к хроническому переутомлению, истощению нервной системы. Такой ребенок хуже справляется с трудностями адаптационного периода, у него возникает стрессовое состояние, и как следствие – заболевание.

2. Возраст, в котором малыш поступает в детское учреждение.

С ростом и развитием ребенка изменяется степень и форма его привязанности к постоянному взрослому (родители и др.).

3. Степень сформированности у ребенка общения с окружающими и предметной деятельности.

4. Индивидуально-типологические особенности высшей нервной деятельности малыша.

Одни дети в первые дни выражают бурные реакции: кричат при расставании с родителями, отказываются, есть, спать, протестуют против каждого предложения воспитателя, но через 2-3 дня уже входят в режим и хорошо себя чувствуют. Другие, наоборот, в первые дни спокойны, без возражений выполняют предложения воспитателя, а в последующие дни начинают плакать, длительное время плохо едят, не играют и с трудом привыкают к детскому саду.