**Адаптация ребёнка в ДОО**

 При поступлении в дошкольную образовательную организацию все дети проходят через адаптационный период.

***Адаптация*** - от латинского «приспособляю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций расстройством сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведет к нарушению здоровья, поведения, психики ребенка.

 Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение.

***Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:***

1. Возраст (лучшее время в 2 года).

2. Состояние здоровья (нет ли у ребенка хронических заболеваний, не стоит ли он на учете у невролога?).

3. Уровень развития (в речи, в навыках самообслуживания, в движениях, т.к. часто родители носят на руках или возят в коляске).

4. Сформированность предметной и игровой деятельности (умеет ли ребенок играть с игрушками).

5. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада (кормление, сон, утренний подъем).

***Причины тяжелой адаптации к условиям детского сада:***

1. Наличие у ребенка своеобразных привычек:

- бутылка, соска, поильник;

- приучен спать с мамой;

- ходит или спит в памперсе;

- не приучен к горшку;

- не умеет самостоятельно кушать и пить из чашки;

- сосет палец, теребит одеяло и т.д.;

- спит с игрушкой;

- умеет есть только протертую пищу;

- не приучен кушать на своем месте за столом (мама бегает целый день за ним с тарелкой или кушает перед телевизором).

2. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.

3. Неумение занять себя игрушкой.

4. Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.

5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.