

## Что такое адаптация?

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке (а для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями).

Проблема адаптации к условиям детского сада возникает у ребенка любого возраста, когда он впервые пришел в детский сад. Для такого ребенка необычное все: отсутствие близких, незнакомые взрослые, большое количество детей, новый распорядок дня, новое помещение и т.п.. Измененные привычные условия жизни требуют от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения. Как известно, он формируется уже с первых дней жизни ребенка в семье и до 2-3 лет становится достаточно устойчивым.

Такая резкая смена привычных форм жизни вызывает, прежде всего, нервно-психическое напряжение, не всегда проходит без затруднений, а у некоторых детей сопровождается тяжелыми эмоциональными переживаниями. У детей в период адаптации могут нарушаться сон, аппетит, настроение, иногда повышается температура тела. У некоторых может прослеживаться временная потеря речи, нарушаться ранее приобретенные положительные навыки.