**Примерные сроки и критерии успешной адаптации ребенка к детскому саду**

 Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

**1. Лёгкая адаптация**

 Сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе,

 болеет не чаще обычного.

**Физиологические критерии:**

**Здоровье**

 В период адаптации – заболевание не более одного раза сроком на 10 дней.

**Аппетит**

 В первые дни может быть снижен, затем нормализуется. Отказа от еды не наблюдается.

**Сон**

 В первую неделю возможны проблемы с засыпанием, сон может быть  непродолжительным. К 20 дню сон

 нормализуется.

**Психоэмоциональные критерии:**

**Эмоциональный фон**

 Настроение бодрое, заинтересованное, может сочетаться с утренним плачем. Преобладает спокойное

 эмоциональное состояние,однако это состояние не стабильно. Любой новый раздражитель влечет за собой возврат

 как к положительным, так и к отрицательным эмоциональным реакциям.

**Поведение**

 В первые дни возможно проявление пассивно-разрушительной активности, направленное на выход из ситуации - это

 активный двигательный процесс. Активность ребенка направлена на восприятие и переработку информации.

 Активность может проявляться как в речевом, так и в действенном плане это смех голосовые реакции.

**2. А**[**даптация средней тяжести**](http://ds-192.nios.ru/DswMedia/org_adapt_perioda.htmindex.html-2)

 Сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить

 заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;

**Физиологические критерии:**

**Здоровье**

 Заболевают не более 2 раз за этот период сроком до 10 дней. Возможны  изменения вегетативной нервной системы.

 Может снизиться вес, могут появиться тени под глазами, бледность, потливость. Восстановление происходит через

 20-40 дней.

**Аппетит**

 Аппетит снижается.  В первые дни возникает отказ от еды. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней.

**Сон**

 Ребенок плохо засыпает. Сон короткий. Вскрикивает во сне. Просыпается со слезами. Сон восстанавливается через

 20-40 дней.

**Психоэмоциональные критерии:**

**Эмоциональный фон**

 Наблюдается подавленность, напряженность,  пассивное подчинение.Быстрый переход к отрицательным эмоциям,

 частый плач, или, наоборот, заторможенность.Постепенно, обычно к 20 дню,  эмоциональное состояние

 нормализуется.

**Поведение**

 Отсутствие активности. В дальнейшем активность избирательна. Возможен отказ от участия в деятельности, в игре

 ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная и кратковременная, речью может

 не пользоваться.

**3. Т**[**яжелая адаптация**](http://ds-192.nios.ru/DswMedia/org_adapt_perioda.htmindex.html-3)

 Длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое,

 так и психическое истощение организма.

**Физиологические критерии:**

**Здоровье**

 Часто болеют, более 3 раз за период. Изменение вегетативной нервной системы. Появляются признаки

 невротических реакций. Шелушение кожи, диатез, бледность, потливость, тени под глазами, вес может снижаться.

 Возможны нарушение стула, бесконтрольный стул, невротическая рвота.

**Аппетит**

 Аппетит снижен. Стойкий отказ от еды. С трудом привыкает к новой пище. Может отказываться от самостоятельного

 приема пищи. Аппетит восстанавливается к 60 дню.

**Сон**

 Плохо засыпает, сон короткий, прерывистый. Во время сна наблюдаются всхлипывания, могут вскрикивать во сне.

 Восстанавливается примерно к 60 дню.

**Психоэмоциональные критерии:**

**Эмоциональный фон**

 Отсутствие активности при стертых отрицательных и эмоциональных реакциях (тихий плач хныканье, страх,

 ступорозное состояние без попыток активного сопротивления) Настроение безучастное много и длительно плачет.

**Поведение**

 Пассивное поведение. Активность отсутствует. Часто отрицание любой деятельности