



В детский сад ?

С радостью!



Адаптация ребенка в детском саду

Адаптация - это сложный процесс приспособления или привыкания организма к новой обстановке, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.



Что можно сделать, чтобы облегчить этот сложный период?

- ❧ *Самое главное — ваше эмоциональное состояние! Принимаете ли вы для себя то, что ваш ребенок будет посещать детский сад.*
- ❧ *Если вы негативно относитесь к садику, испытываете чувство вины за то, что приводите туда ребенка, и не ждете от садика ничего хорошего — ваш ребенок обязательно будет чувствовать то же самое.*
- ❧ *Если для вас садик — это новый этап в жизни вашего ребенка, вы уверены в необходимости его посещения, в том, что ребенку в нем будет хорошо — эти же чувства будут передаваться и ему.*
- ❧ *Заранее поговорите с воспитателем о вашем ребенке. Расскажите о его привычках, особенностях поведения, что он любит (не любит), какие предпочитает игры (занятия), о методах воспитания, принятых в вашей семье — обо всем том, что, по вашему мнению, должен знать воспитатель. Эта информация очень поможет в дальнейшей работе с вашим ребенком, поможет найти к нему индивидуальный подход.*
- ❧ *Обговорите с воспитателем режим посещения на период адаптации. Обычно он планируется строго индивидуально и зависит от особенностей ребенка. Кто-то уже через неделю остается на сон, кто-то в течение месяца ходит с плачем*

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

Следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад.

Задачи этого периода – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно войти в новые для него условия жизни.

- В первую очередь необходимо привести в соответствие домашний распорядок дня ребенка с режимом дошкольного учреждения.**
- Уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т. д.**
- Обратить серьезное внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться и одеваться не будет чувствовать себя беспомощным в детском саду, зависимым от взрослых.**

СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ

- Легкая
- Средняя
- Тяжелая



Легкая адаптация

- временное нарушение сна
(нормализуется в течении 7-10 дней)
- временное нарушение аппетита
(в течении 10 – 15 дней):
- негативные эмоциональные реакции
(капризы, замкнутость, агрессия и т.п.):
- изменение в
речевой, пространственной, игровой
активности проходит в течении 20 -30
дней;
- характер взаимоотношений со
взрослыми и двигательная активность
практически не изменяются;
- функциональные нарушения не
выражены, заболевания не возникают.



Средняя адаптация

- сон, аппетит нормализуется в течении 20-40 дней
- негативные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия и т.п.) - речевая деятельность восстанавливается через 30-40 дней
- изменение в пространственной, игровой активности проходит в течении 20 -30 дней;
- эмоциональное состояние - 30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и сверстниками не нарушается;
- двигательная активность-30-35 дней
- функциональные нарушения отчетливо выражены, фиксируются заболевания.

Тяжелая адаптация

(от 3 до 6 месяцев)



- нарушение сна снижение аппетита(рвота);
- избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться;
- проявление агрессии, подавленное состояние в течении длительного времени (капризы, слезы, частая смена настроения)
- задержка в психическом развитии;
- нарушение речевой и двигательной активности;
- дети заболевают в течении 10 дней и часто болеют.

Причины тяжелой адаптации:

- отсутствие в семье режима совпадающего с режимом в ДОУ;
- наличие у ребенка своеобразных привычек;
- неумение занять себя игрушкой;
- отсутствие элементарных культурно-гигиенических навыков;
- отсутствие навыка общения с незнакомыми людьми;
- негативное эмоциональное состояние родителей к детскому саду, его сотрудникам;



Обратите внимание!

Ребенку нужна помощь педиатра и психолога:

Если появились невротические реакции:

- ☞ **рвота,**
- ☞ **пристрастие к личным вещам,**
- ☞ **наличие страхов,**
- ☞ **неуправляемое поведение,**
- ☞ **стремление спрятаться от взрослых,**
- ☞ **истерические реакции,**
- ☞ **тремор (дрожание) подбородка, пальчиков.**

Признаки успешного завершения адаптации

У ребенка стабильное положительное настроение в течение недели, он в основном активно играет, взаимодействует со взрослыми и сверстниками, соблюдает режим дня, хорошо ест и спокойно спит, у ребенка отсутствуют заболевания, ребенок прибавляет в весе, у ребенка появились новые навыки, умения, способности, ребенок развивается.



Адаптация к ДОУ сложный период как для детей, так и для взрослых: родителей и педагогов



**формирование
положительной установки на
детский сад, позитивного
отношения к нему**



Роль педагогов в адаптации

**Воспитатели –
знают и
учитывают
потребности
детей.
Доверяйте
второй маме!**



Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад

- 1. Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.**
- 2. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.**
- 3. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.**
- 4. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Сократить просмотр телевизионных передач.**
- 5. Как можно раньше сообщить врачу, воспитателям, психологу о личностных особенностях малыша.**
- 6. Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.**
- 7. Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.**
- 8. Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать за капризы.**

До встречи....

**Успешной адаптации
вашим детям!**



У нас всё получится!