

Родительское собрание:

«Адаптация ребенка к
дошкольному учреждению»

Педагог-психолог ГБОУ города Москвы
«Школы №2120»
Долинина А.В.

Тема: Адаптация детей младшего возраста к условиям детского сада

Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

Адаптация является активным процессом приводящим к:

- * Позитивным результатам (адаптированность)
- * Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- * Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- * Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)



Адаптация

*Уровни
адаптации*

```
graph TD; A[Уровни адаптации] --> B[Физиологический]; A --> C[Психологический]
```

Физиологический

Психологический

Адаптация

Физиологический
(надо привыкнуть)

К новому режиму,
ритму
жизни, новым
нагрузкам

Необходимости
самоограничений

Невозможности
уединения

Новой пищи, новым
помещениям.
освещенности,
запахам



Адаптация

Психологический
(предстоит привыкнуть)

К отсутствию значимого
взрослого (мамы, папы...)

Необходимости в одиночку
справляться со своими
проблемами

Большому количеству
новых
людей и необходимости с
ними
взаимодействовать

Необходимости отстаивать
свое личное пространство

Адаптация

Физиологическая адаптация зависит от общего физиологического состояния ребенка (здоровья, иммунитета), также от образа жизни, предпочтений в питании.



Адаптация

Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- * самостоятельно есть разнообразную пищу;
- * своевременно сообщать о своих потребностях: просится в туалет;
- * мыть руки, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- * Перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
- * С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).

Алгоритм прохождения адаптации в группе младшего возраста

Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально):

- * В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- * В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты-выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки, обед и постепенное оставание на сон);
- * Полная адаптация – 10-12 недель.



Правила введения ребенка в ДОУ

1. **Ступенчатая адаптация.**

2. **Полная адаптация – 10-12 недель**

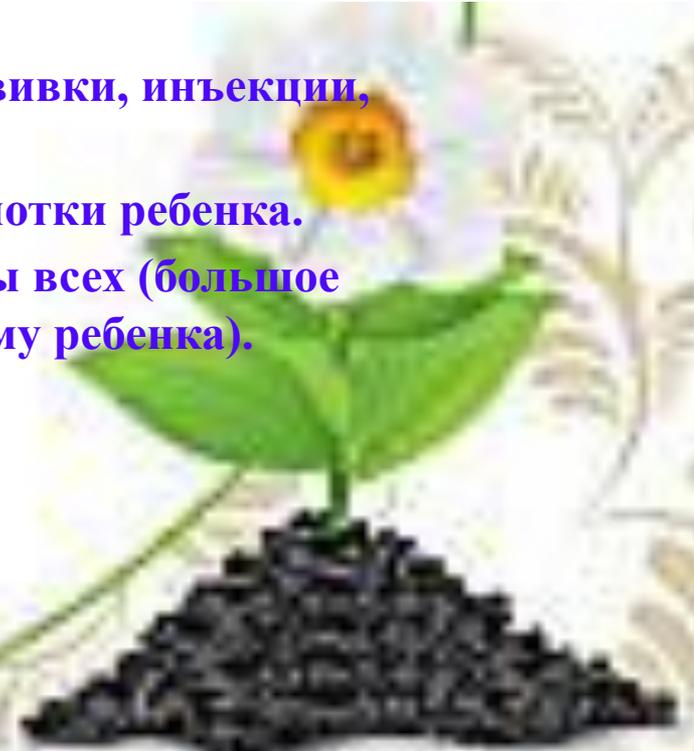
3. **В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).**

4. **Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).**

5. **Воспрещается в период адаптации делать прививки, инъекции, ребенку.**

6. **Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.**

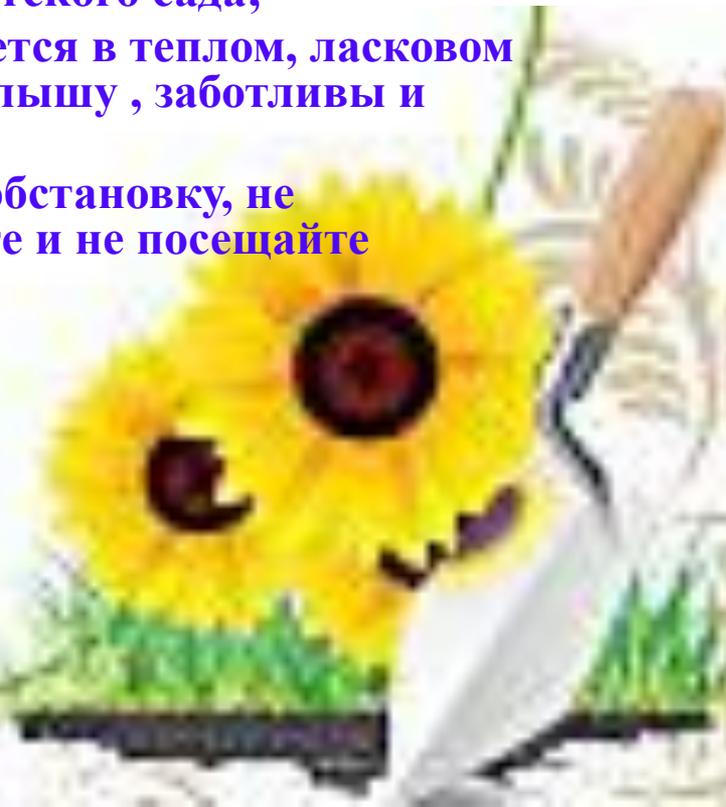
7. **Единство и постоянство требований со стороны всех (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).**



Рекомендации родителям

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- * В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
- * В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- * В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы;
- * Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек ;



Рекомендации родителям

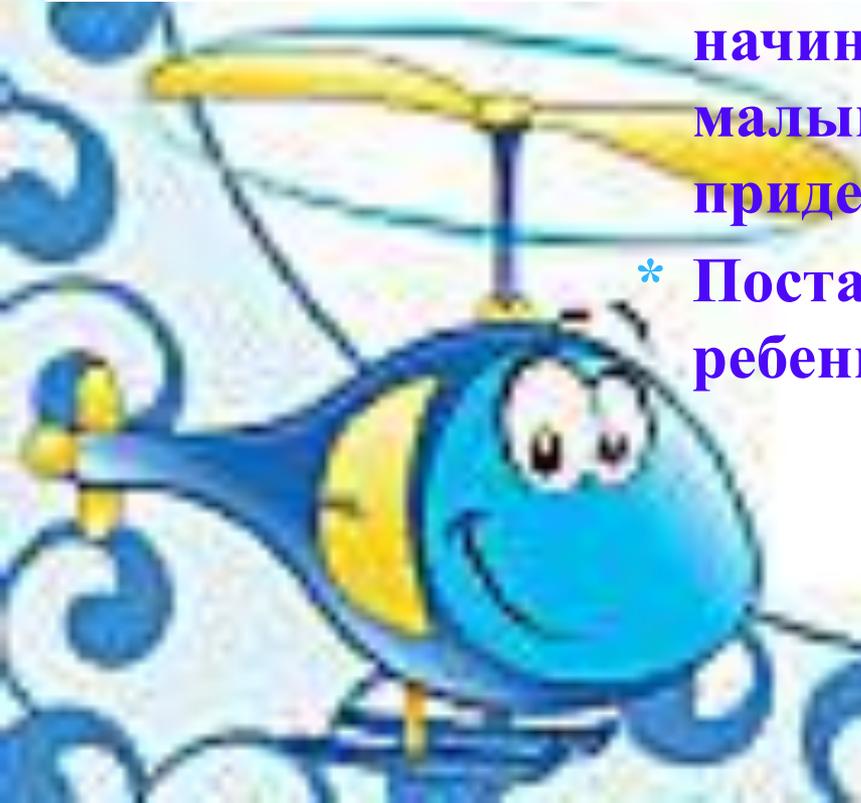
Придумайте ритуал-прощания или приветствия (пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!»). Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!»).

- * Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.



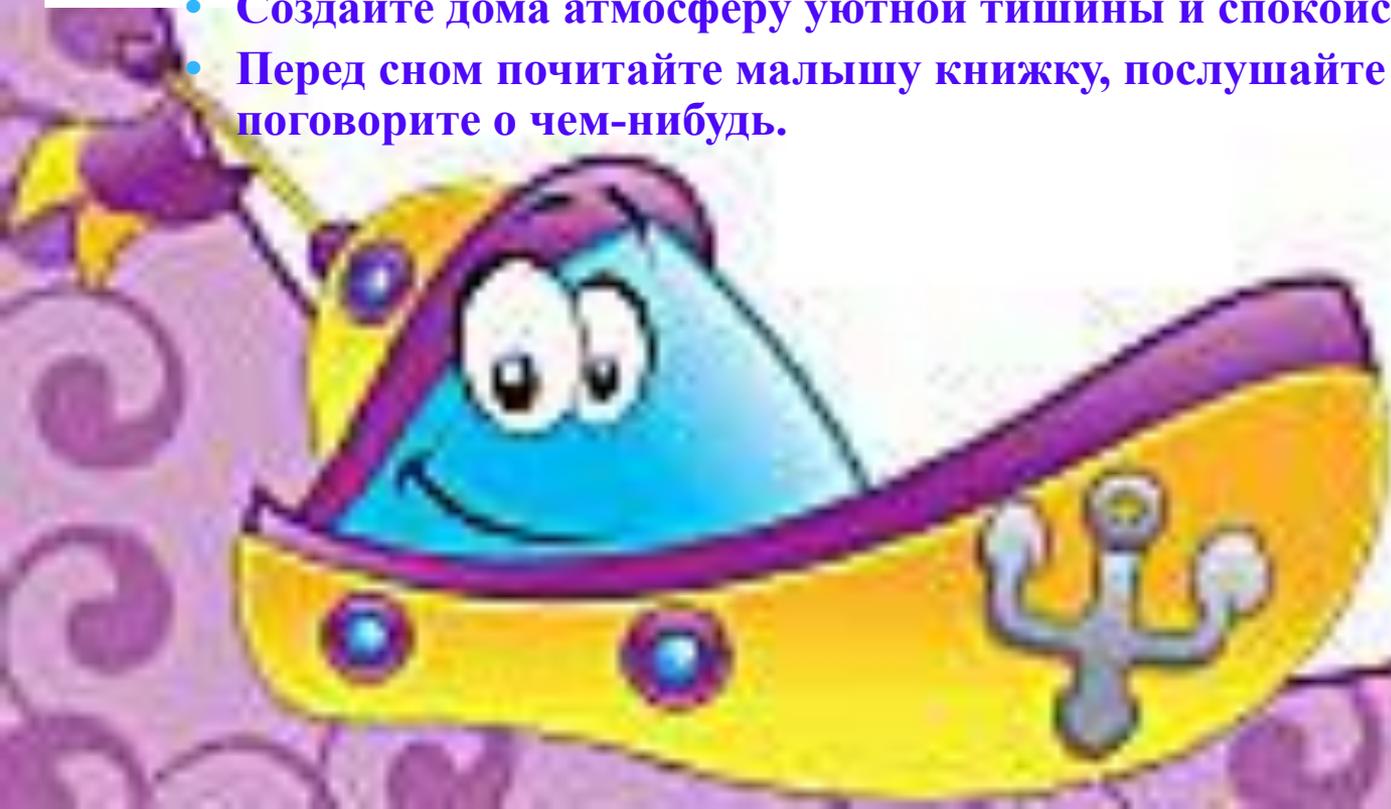
Рекомендации родителям

- * Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- * Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.



Рекомендации родителям

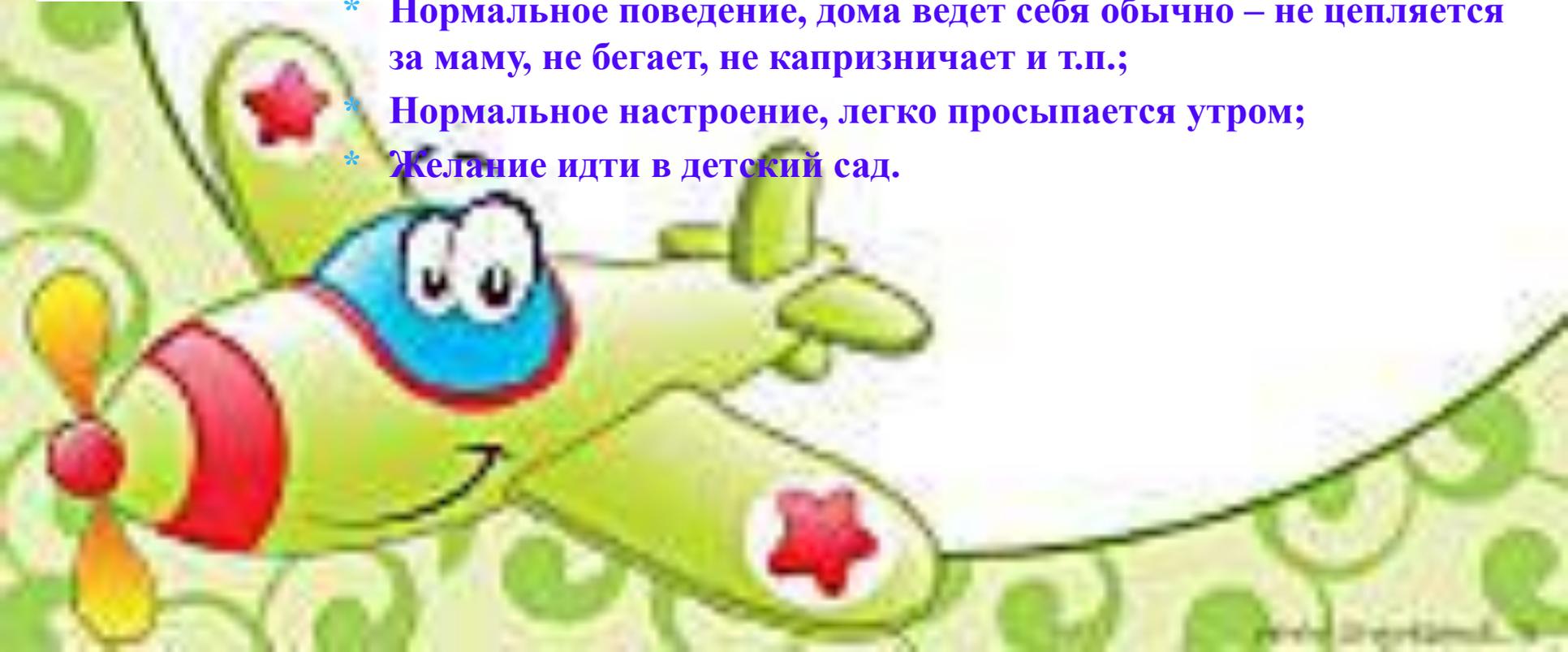
- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном читайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.



Рекомендации родителям

Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- * Нормальный сон(засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне;
- * Хороший аппетит;
- * Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;
- * Нормальное настроение, легко просыпается утром;
- * Желание идти в детский сад.



Рекомендации родителям

Признаки дезадаптации:

- Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам в туалет или начинает писаться в кровати;
- * Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;
- * Появление вялости, капризности;
- * Появление агрессивности, часто меняется настроение;
- * Ребенок стал чаще болеть



Рекомендации родителям

Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

- * Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- * Чрезмерная тревожность родителей;
- * Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- * Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- * Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- * Болезненность малыша;
- * Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

