

# Адаптация детей к детскому саду

педагог-психолог

Головяшкина

Наталья Фёдоровна

# Зачем идти ребенку в детский сад?

В детском саду ребенок имеет возможность общаться со сверстниками.



- \* Ребенок приобретает навыки общения с взрослыми..
- \* В детском саду ребенок знакомится с определенными правилами и учится соблюдать их.
- \* Ребенок получает возможность интеллектуального и физического развития.



**Чтобы детский сад действительно оказался  
приятным и полезным местом для Вашего  
ребенка,  
нужно**

**хорошо подумать и понять, для чего именно он  
нужен Вам и вашему ребенку**



# АДАПТАЦИЯ

от лат. «приспособляю» — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

**В силах родителей и педагогов сделать жизнь ребенка счастливой, интересной и насыщенной!**



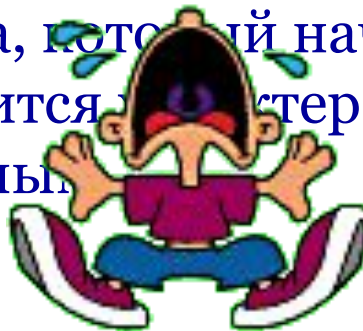
# Мифы об адаптации

\* **Миф 1.** Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно. Я боюсь, что у нас будет то же самое



\* **Миф 2.** Дети в детском саду все время болеют, потому что за ними плохо следят?

\* **Миф 3.** У ребенка, который начинает ходить в детский сад, портится аппетит, он становится просто невыносимым



## **Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:**

- \* особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- \* возраста ребенка;
- \* состояния здоровья;
- \* разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду;
- \* условий в дошкольном учреждении;
- \* поведения и эмоционального состояния взрослых (тревожность, негативизм к детскому саду...).

## Как подготовить ребенка к посещению детского сада

- \* Увеличьте круг общения вашего малыша с взрослыми и детьми.
- \* Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
- \* Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша
- \* Заранее знакомьте ребенка с детским садом.



\* Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

## Примерный режим дня

Прием детей	до 8.30
Завтрак	8.30–9.00
Игры, занятия, прогулка	9.00–11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45–12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20–15.00
Подъем, оздоровление, гигиенические процедуры, полдник	15.00–16.00
Активное бодрствование	16.00–17.00
Прогулка	17.00–17.30
Игры, уход домой	17.30–19.00





\* Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.



\* Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно, на 2–3 часа.



# **Подготовка родителей. Поведение родителей в период адаптации детей к саду**

- \* Заранее подготовьте детский гардероб.
- \* Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам.
- \* Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка.
- \* Уходя – уходите!
- \* Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении.

# ТЕХНИКА ПОЗИТИВНОГО РАССТАВАНИЯ

- \* Обеспечьте малышу **эмоциональную стабильность** утром
- \* Выберите в семье **гаранта** позитивного расставания
- \* Позвольте малышу **взять** в детский сад **эмоциональный якорь**
- \* С ребенком обязательно надо попрощаться, но помните о **золотой середине**
- \* Разработайте **ритуал** прощания
- \* Выберите удобные **точки отсчета**
- \* Найдите **«прощальное окошко»**, откуда можно выглянуть и помахать рукой.

**И улыбнитесь друг другу!**



**Запаситесь терпением, и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша!**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

