

Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада

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

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 сидеть,
слушать, выполнять
команды)

Необходимости
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым
помещениям.
освещенности, запахам

Адаптация

Психологический
(предстоит привыкнуть)

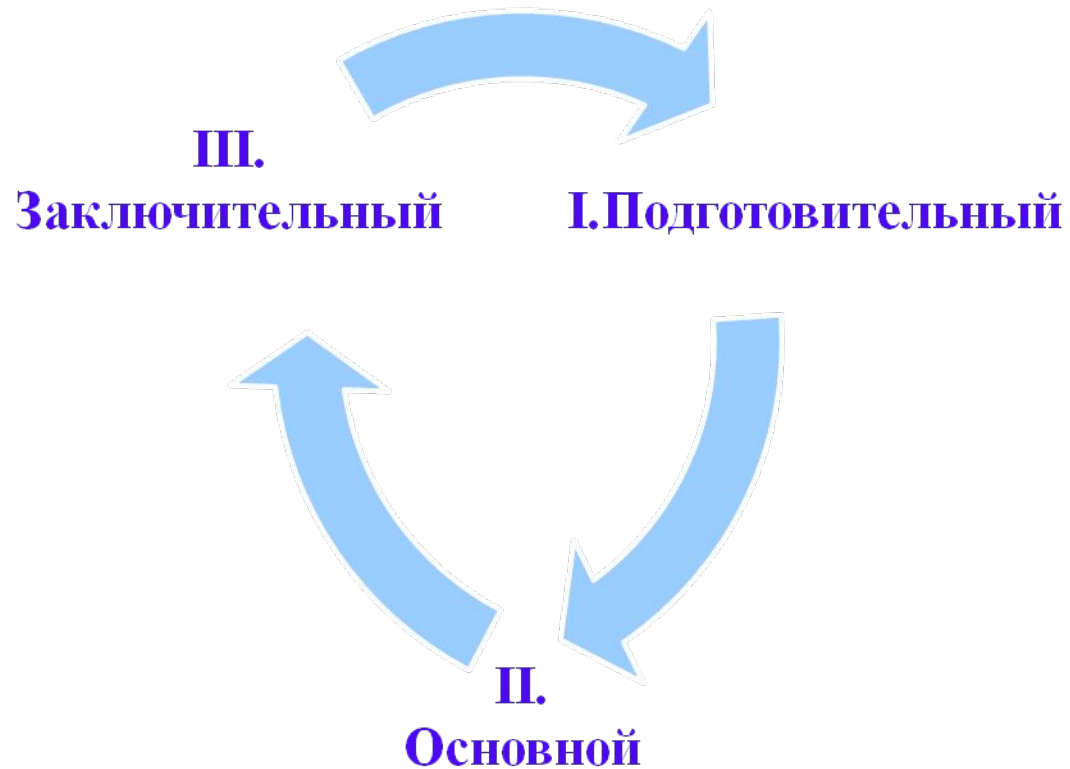
К отсутствию значимого
взрослого (мамы, папы...)

Необходимости в одиночку
справляться со своими
проблемами

Большому количеству новых
людей и необходимости с ними
взаимодействовать

Необходимости отстаивать
свое личное пространство

Адаптационный период выделяет три этапа:



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 или на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- Перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;

Советы родителям для вновь поступившего малыша в группу раннего возраста.

- **О первом приходе договориться с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом детского учреждения.**
- **Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других детей при расставании с родителями вашего малыша.**
- **В первые дни ребенок должен находиться в саду небольшое количество времени 1-2 часа или как Вам скажут педагоги наблюдая за малышом.**



Алгоритм прохождения адаптации в группе раннего 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 постепенно оставляют на сон);

Правила введения ребенка в ДОУ

1. **Ступенчатая адаптация.**
2. **В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).**
3. **Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).**
4. **Воспрещается в период адаптации делать прививки ребенку.**
5. **Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.**
6. **Единство и постоянство требований со стороны всех (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).**

Важные мелочи

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- **Устройство лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);**
- **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;**



Важные мелочи

- 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.
- 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.

Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- **Нормальный сон;**
- **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.**



Признаки дезадаптации:

- **Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок 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**

Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

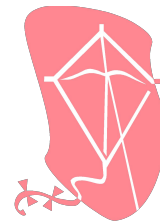
- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие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



Это важно!

Помните всегда:

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. **Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут". По утрам когда собираетесь в дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка**



Спасибо за внимание!

