



«Первый раз в детский сад»

*Составила: Валеева Татьяна
Ивановна, педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад №141
«Лукоморье»*

Адаптация

*– это сложный процесс
привыкания ребенка к новой
обстановке, к новому режиму
дня, к новым отношениям и
выработка новых умений и
навыков.*



Выделяют три фазы адаптации:

- 1. Острая фаза, дезадаптация - наблюдаются частые заболевания, нарушения сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад.*
- 2. Адаптация – привыкание к новым условиям, нормализуется поведение.*
- 3. Компенсация – дети начинают вести себя спокойно. Ускоряется темп развития психических процессов.*

*Выделяют три степени
адаптации:*

1. Легкая

2. Средняя

3. Тяжелая



Легкая

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- аппетита (норма по истечении 10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20-30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает. Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно).

Средняя

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней,*
- ориентировочная деятельность (20 дней),*
- речевая активность (30-40 дней),*
- эмоциональное состояние (30 дней),*
- двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней.*
- Взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).*



Тяжелая адаптация

- *снижен аппетит (иногда возникает рвота при кормлении),*
- *нарушен сон,*
- *ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения),*
- *происходят изменения в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии,*
- *дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников,*
- *продолжительность адаптации (от 2 до 6 месяцев).*

Правила поведения родителей

- Утренний прием: Придумайте и используйте каждый день систему прощальных знаков (воздушный поцелуй, поглаживание, прощание рукой, мизинчиками и др.).*
- При этом важно! Уходите быстро, не задерживайтесь, не оборачивайтесь - так малышу будет проще отпустить Вас. Не бойтесь разлуки с ребенком, тогда и он легче будет ее переносить.*
- Во время прощания демонстрируйте хорошее настроение, чувствуйте себя уверенно, общайтесь с ребенком только доброжелательным тоном.*
- Дома создайте спокойную, доброжелательную обстановку.*



Рекомендации родителям

- В детский сад приводите ребенка при условии, что он здоров.*
- Здоровье ребенка поддерживайте, закаливайте.*
- Одевайте ребенка по погоде, в такую одежду с которой он может справиться сам.*
- Подготовьте сменное белье и одежду, продумайте маркировку на одежде.*
- Выстраивайте конструктивные отношения с воспитателями и родителями.*
- В жизни малыша принимайте активное участие.*



- *Учите ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания – прием пищи, одевание, умывание, пользование горшком.*
- *Принесите из дома свои и ребенка фотографии - это придаст уверенность.*
- *Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми и детьми.*



- *Не задерживайтесь, старайтесь приходить вовремя за своим ребенком.*
- *После детского сада погуляйте с ребенком на площадке, в парке, похвалите его за проведенный день: «Молодец! Ты хорошо ведешь себя, я горжусь тобой».*
- *Демонстрируйте свою заботу и любовь.*



Спасибо за внимание!

