

«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.



www.tvoyrebenok.ru

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 адаптация

- нарушение сна (7-10 д.);
 - аппетита (10 д.);
 - неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия и др);
 - изменения игровой активности (20-30 д);
 - взаимоотношения со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- Основные симптомы исчезают в течение месяца.



Средняя адаптация

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 д.;
- эмоциональное состояние (30 д.);
- двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 д.;
- взаимодействие со взрослыми и сверстниками нарушается;
- фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).



Тяжелая адаптация

- снижен аппетит (иногда возникает рвота при кормлении);
- нарушен сон;
- ребенок избегает контакты со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние;
- происходят изменения в речевой и двигательной активности,
- дети заболевают в течение 10 д.
- 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!

