

Адаптация детей дошкольного возраста к условиям детского сада.

Подготовила:

Воспитатель Чернова Л.В.
МКДОУ «Новониколаевский
Детский сад №2 «Чебурашка»



Что такое адаптация?

- ***Адаптация*** – сложный процесс приспособления организма к новым условиям, который происходит на разных уровнях – физиологическом, социальном и психологическом.



адаптация как процесс социализации ребёнка.



- **Адаптация** – это приспособление организма к новой обстановке. А для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.





Степени тяжести адаптационного периода

| легкая | средняя | тяжелая |
|---|---|---|
| До 20 дней | До 30 дней | До 60 дней |
| Настроение бодрое, в сочетании с утренним плачем, отношение с взрослым не нарушено, не наблюдается задержки нервно-психического развития, не болеет или болеет 1 раз | В течение месяца настроение неустойчивое, эмоционально-возбужденное, отношение к взрослым и детям избирательное, некоторое снижение веса, заболевания до 2 раз, без осложнений | Проявления невротических реакций: плохой сон, нарушение аппетита продолжительный и длительный плач, отвлекаемость, замкнутость или агрессия, страхи, неуправляемое поведение. Истерические реакции, длительные заболевания |

Проявления «адаптационного синдрома»

- Ребенок сильно и продолжительно плачет.
- Нарушается аппетит, сон (дети могут потерять в весе).
- Наблюдается регресс функций (теряются ранее приобретенные функции).
- Проявляются психосоматические признаки (повышение температуры, артериального давления, боли в животе, расстройство стула, рвота).

Проявления «адаптационного синдрома»

- Появляются страхи, замкнутость, неуверенность или агрессия.
- Ребенок постоянно спрашивает «Где мама?», жметя к взрослому или наоборот не подпускает его к себе.
- Родители отмечают, что ребенок вздрагивает во сне, ходит постоянно за матерью, не отпускает ее от себя.
- Изменяется активность ребенка.

Как смягчить «адаптационный синдром»

- Сведите к минимуму просмотр телевизора.
- Избегайте шумных мероприятий.
- Играйте с ребёнком в спокойные игры, читайте книги.
- Старайтесь чаще обнимать, целовать кроху.
- Ни в коем случае не ругайте ребёнка, если он стал хуже себя вести.

Готовим малыша к детскому саду заранее.



Постарайтесь до поступления в детский сад отучить ребёнка:



- От сосания соски.
- От бутылочки.
- От груди.
- От памперсов.





Развивайте у ребёнка произвольное внимание



- Читайте и рассказывайте малышу стихи и сказки.
- Приучайте внимательно слушать вначале на пару минут, постепенно увеличивая время.

Научите ребёнка играть с игрушками.



- Взрослый показывает ребёнку как играть с игрушкой.
- Совместные игры взрослого с малышом.
- Поощрять любые успехи вашего крохи.
- Постепенно уступать инициативу ребёнку.
- Регулярные сеансы предметных игр сформируют у детей в потребность в них

Расширяйте круг общения со взрослыми.

- Чаще ходите в гости, гуляйте.
- Взрослые должны с ним играть, разговаривать как с равным (но не ласкать постоянно).



Наладить контакты со сверстниками.



- Научите знакомиться.
- Покажите малышу, как можно попросить игрушку у сверстника.
- Научите совместной игре со сверстниками.
- Полезны совместные игры взрослого и нескольких малышей.

Приучайте к самообслуживанию.

- Научите пользоваться ложкой.
- Приучите малыша к горшку.
- Приучайте кроху убирать вместе с вами игрушки.
- Не одевайте и ребёнка полностью сами, а стимулируйте желание одеваться самому.



Укрепляйте здоровье вашего малыша.

- Не держите ребёнка в тепличных условиях.
- Одевайте по погоде.
- Чаще гуляйте.
- Периодически пропаивайте витаминами.





Как укладывать малыша.

- Не качайте ребёнка на руках, в коляске.
- Не включайте мультфильмы при засыпании.
- Сядьте рядом, поглаживая или спокойно похлопывая малыша, спойте ему колыбельную.

Готовьте вашего малыша к временной разлуке с вами:

- Говорите, своему ребёнку, что он уже большой и самостоятельный, потому что ходит в детский сад и вы им гордитесь.
- Если у малыша сильная привязанность к матери, то первое время пусть его приводит кто-то другой (бабушка, папа).
- Разрешите ребёнку брать в детский сад любимую игрушку.



- **Не затягивайте время расставания с малышом, попрощавшись быстро уходите.**
- **«Не наказывайте» ребёнка детским садом.**
- **Избегайте критических замечаний в адрес детского сада.**
- **Старайтесь не нервничать по поводу адаптации вашего крохи к детскому саду.**



Приблизьте режим ребёнка дома к распорядку в группе.

- Приём детей 7.00-8.10
- Завтрак 8.15-8.30
- Игры, прогулки 9.00-11.30
- Обед 11.45-12.15
- Дневной сон 12.45-15.00



Как долго может протекать адаптационный период?



Это зависит :

- От характера и темперамента ребёнка.
- От состояния здоровья на протяжении адаптации.
- От того как родители смогли подготовить малыша к детскому саду.
- В среднем адаптация длится 1-2 месяца.

**Надеемся на успешное
сотрудничество с Вами,
дорогие родители!!!**

Спасибо за внимание!