

# АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ



*Педагог-психолог  
Шешина Наталья Витальевна  
МАДОУ ЦРР д/с № 125*

**Адаптация** – это приспособление организма к новым или к изменившимся условиям жизни.

*А детский сад*  
– это новый период в жизни ребенка и первый опыт его коллективного общения.



# ОСНОВНЫЕ КРИТЕРИИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ



1. Внутренний комфорт  
(эмоциональная удовлетворенность)
2. Внешняя адекватность  
(способность легко и точно выполнять требования среды)

# СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ

<i>степень</i>	<i>Характер поведения</i>
<b>Легкая адаптация</b>	<p>Поведение нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели. Сон налаживается через 1-2 недели. Преобладает радостное или устойчиво-спокойное эмоциональное состояние. Активно контактирует со взрослыми и детьми.</p>
<b>Средняя адаптация</b>	<p>Сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней. Настроение в течение месяца может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние нестабильно. При поддержке взрослого проявляет поведенческую и познавательную активность.</p>
<b>Тяжелая адаптация</b>	<p>Приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. Преобладает агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации. Негативное эмоциональное состояние.</p>

# Пути реализации успешной адаптации

Создавать дома режим дня, соответствующий д/с

Время пробуждения и засыпания

Период дневного сна

Прием пищи

Время прогулок и игр

Прививать простейшие навыки самообслуживания

Одевать трусики и носки

Мыть руки

Вытирать руки и лицо полотенцем

Проситься на горшок

Формировать положительную установку на д/с

Беседуйте о д/с

Не критикуйте д/с в присутствии ребенка

Поговорите с ребенком о роли воспитателя

# УСЛОВИЯ УВЕРЕННОСТИ И СПОКОЙСТВИЯ РЕБЕНКА



ЭТО  
систематичность,  
ритмичность и  
повторяемость его  
жизни;  
а также выработка  
единых требований  
к поведению  
ребенка.