



# АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Автор –  
Пронина Наталья  
Александровна  
МБДОУ д/с №18  
г.Брянска «Колобок»  
Июнь 2014г.*

**АДАПТАЦИЯ** – ОТ ЛАТИНСКОГО  
«ПРИСПОСОБЛЯТЬ» - В ШИРОКОМ СМЫСЛЕ  
ПРИСПОСОБЛЕНИЕ К ОКРУЖАЮЩИМ  
УСЛОВИЯМ.

ЭТО СЛОЖНЫЙ ПРОЦЕСС ПРИСПОСОБЛЕНИЯ  
ОРГАНИЗМА, КОТОРЫЙ ПРОИСХОДИТ НА  
РАЗНЫХ УРОВНЯХ –

  
ФИЗИОЛОГИЧЕСКОМ, СОЦИАЛЬНОМ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ.

---



# ФАЗЫ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ:

- **Острая фаза** – сопровождается разнообразными колебаниями в состоянии ребенка, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, большей, чем обычно капризности, плаксивости;  
*фаза длится в среднем один месяц.*
- **Подострая фаза** – поведение ребенка характеризуется как нормальное, то есть все сдвиги уменьшаются и наблюдаются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами;  
*фаза длится 3-5 месяцев.*
- **Фаза компенсации** – характеризуется ускорением темпа развития, и дети к концу года преодолевают указанную выше задержку в развитии.

# ПО СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ ОСТРОЙ ФАЗЫ АДАПТАЦИЯ ДЕЛИТСЯ НА:

- **легкая адаптация** – поведение входит в норму в течение 10-15 дней; ребенок нормально прибавляет в весе, хорошо ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения сада;
- **адаптация средней тяжести** – сдвиги нормализуются в течение месяца, ребенок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса;
- **тяжелая адаптация** длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки; может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

---

□ По наблюдениям психологов средний срок адаптации в норме составляет:

*в яслях - 7-10 дней,*

*в детском саду в 3 года - 2-3 недели,*

*в старшем дошкольном возрасте -*

*1 месяц.*



# НАРУШЕНИЯ У ДЕТЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ:

---

- нарушение аппетита,
- нарушение сна,
- меняется эмоциональное состояние,
- повышение температуры, изменения характера стула,
- нарушения некоторых приобретенных навыков.

Ребёнок в период адаптации – это живая модель стрессового состояния! Стресс - это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим.

# УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ:

Для того, чтобы облегчить адаптацию ребенка к детскому саду, необходимо :

- **учитывать возраст ребенка**







ребенок должен быть абсолютно здоровым





- 
- необходимо отучивать от «вредных привычек»



□ **ВОСПИТЫВАТЬ «качество привязанности к матери»**



□ **расширять круг общения**



□ — определить темперамент ребенка



□ прививать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания





## □ построить режим дня



Режим дня	
07.00 – 08.00	Прием детей
08.00 – 08.05	Общее приветствие
08.05 – 08.15	Разминка
08.15 – 08.20	Гигиенические процедуры
08.20 – 08.40	Завтрак
08.40 – 09.00	Занятия
10.30 – 10.45	Подготовка к прогулке
10.45 – 12.00	Прогулка
12.00 – 12.15	Подготовка к обеду
12.15 – 12.35	Обед
12.45 – 15.00	Сон
15.00 – 15.30	Гигиенические процедуры
15.30 – 16.10	Игры, беседы, факультативы
16.10 – 17.00	Свободная игровая деятельность
17.00 – 17.30	Чтение художественной литературы
17.30 – 17.50	Ужин
17.50 – 18.30	Прогулка
18.30 – 19.00	Уход домой



□ провести адаптацию меню

□ обеспечить удобной одеждой





## □ приобрести положительный настрой родителям



# □ научиться полноценно отдыхать





□ **подчеркивать, что ребенок, как прежде  
дорог Вам и любим!**



---

ОДНО ИЗ САМЫХ ВАЖНЫХ  
УСЛОВИЙ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ  
ВАШЕГО РЕБЕНКА – ЭТО  
ЕДИНСТВО ДЕЙСТВИЙ СЕМЬИ И  
ДОУ!



# НАИБОЛЕЕ АКТУАЛЬНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ:

- для снятия психоэмоционального и психомышечного напряжения (игры с песком, водой, самомассаж и массаж)



- для развития мелкой моторики рук, а соответственно для развития речи («Ладушки», «Сорока-белобока»)

### «ЛАДУШКИ»

— Ла́душки-ла́душки,  
Где́ были?  
— У ба́бушки.  
— Чтó ели?  
— Ка́шку.  
— Чтó пили?  
— Бра́жку.



Хлопаем в ладоши на ударных слогах.

Кашка сладенька,



Гладим рукою ребёнка его животик.

Бабушка добренька.



Гладим рукой ребёнка его голову.

Попили-поели



Снова проводим рукой ребёнка по его животу.

И домой улетели.



«Улетаем».



- для сближения малышей со сверстниками и воспитателем («Карусель», «Раздувайся, пузырь»)



**Раздувайся пузырь,  
Раздувайся большой,  
Да не лопайся (вместе со словами все  
потихоньку отходят назад и  
получается большой круг).  
Взрослый говорит: «Лопнул пузырь».  
Все вместе говорят: «Ш-ш-ш-ш» - и  
сдувают пузырь (опять маленький  
круг).**

- направленные на освоение пространства вокруг себя («Найди игрушку»)









**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**