



Родительское собрание

«Первый раз в детский сад»



Презентацию подготовила
Педагог-психолог ГБОУ прогимназии №1893
Асоскова Светлана Алексеевна



«Как пройдёт адаптация ребёнка в детском саду?»

В жизни не только ребенка, но и родителей начинается новый, абсолютно неизвестный этап.



ЧТО ТАКОЕ АДАПТАЦИЯ?

Адаптация —

процесс вхождения
человека в новую
для него среду и
приспособление к ее
условиям.

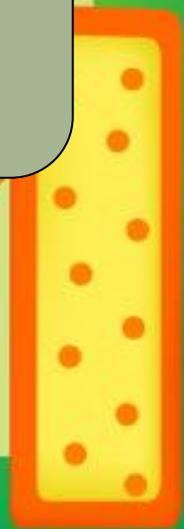


Адаптация

Уровни адаптации

Физиологический

Психологический



Адаптация

Зависит от общего физиологического состояния ребенка (здоровья, иммунитета), также от образа жизни, предпочтений в питании.

Физиологический
(надо привыкнуть)

К новому режиму, ритму жизни, новым нагрузкам (необходимости сидеть, слушать, выполнять команды)

Невозможности уединения

Необходимости самоограничений

Новой пище, новым помещениям, освещенности, запахам

Адаптация

Зависит от типа нервной системы, темперамента, эмоциональной сферы

Психологический
(предстоит привыкнуть)

К отсутствию значимого
взрослого (мамы, папы...)

Необходимости в одиночку
справляться со своими
проблемами

Большому количеству новых
людей и необходимости с ними
взаимодействовать

Необходимости отстаивать
свое личное пространство

Три фазы процесса адаптации:



Что происходит...

Ребенок по любому поводу устраивает истерики, причем несколько часов подряд.

Ничего не ест и плохо спит. Да еще пуглив, как никогда. Он боится даже своей тени.

Не хочет ходить в детский сад. Каждый день имеет отговорки. Упирается, когда насильно тащишь.

Расстается с плачем, причитая, что его уже никто не любит, что он обещает быть хорошим, лишь бы рядом была его мама.



Не волнуйтесь,
это все
естественно!!!



В детском саду ребёнку самому нужно приспособиться к новой обстановке, обязанностям и правилам. Период адаптации может проходить от 3 недель до 3 месяцев, иногда и больше. Во время адаптации зачастую здоровье ребенка может ухудшиться, так как стресс снижает работу иммунной системы.



Три (четыре) группы адаптации:

- 1. Период адаптации в детском саду проходит легко. Такие дети очень самостоятельные и уравновешены.
- 2 группа детей – это дети, адаптация которых проходит медленнее и с некоторыми трудностями. Их поведение часто меняется.
- 3 группа – дети, с которыми трудно найти контакт. Как правило, такие дети несамостоятельны или по натуре они застенчивы, их игровые навыки часто не сформированы. Они часто болеют, из-за чего их адаптационный период ещё больше замедляется.
- Иногда бывает так, когда, невзирая на все старания педагогов, становится совершенно очевидно, что ребёнку в саду плохо. В таком случае, прежде чем забирать ребёнка из сада, остаётся попробовать создать в домашней обстановке преимущества детского сада.





Адаптация обычно протекает сложно с массой негативных сдвигов в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. Только родителям обычно видна лишь надводная часть айсберга - поведение ребенка.



Ребенок здоров или все-таки болеет??.

Кажется, не то и не другое.

Он прибывает в особом "третьем состоянии" между здоровьем и болезнью.

Но постоянно находиться в "третьем состоянии" нельзя. Поэтому сегодня или завтра ваш ребенок или просто в самом деле заболит, или снова станет сам собой.

Это и есть исход периода адаптации:
адаптация или дезадаптация.



Признаки дезадаптации:

- Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;
- Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;
- Появление вялости, капризности;
- Появление агрессивности, часто меняется настроение;
- Ребенок стал чаще болеть.



Как должен быть подготовлен ребенок

к периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- самостоятельно есть разнообразную пищу;
- своевременно сообщать о своих потребностях: просится в туалет или на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;



Родителям важно!!!

- Создание положительного образа детского сада.
- Подготовка к режимным моментам.
- Постепенное погружение в жизнь детского сада.
- Пред поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения.
- Рассказать воспитателям о привычках, особенностях поведения ребенка.
- Разрешайте брать с собой игрушки из дома.
- Не обсуждать при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.



Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДОУ было максимально безболезненным для ребенка , нужно сделать его постепенным(у каждого ребенка проходит индивидуально):

- В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты-выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки, обед и постепенное оставание на сон);
- Полная адаптация – у каждого ребенка индивидуальна.

Легкая адаптация – 2-3 недели

Средней тяжести – 8 недель

Тяжелая адаптация – 10-12 недель и более



Правила введения ребенка в ДОУ

1. Ступенчатая адаптация.
2. Полная адаптация – 10-12 недель.
3. При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребенка целесообразно воздержаться от посещения д/с на 2-3 дня.
4. В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).

Особенно важно:

1. Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).
2. Постарайтесь воздержаться в период адаптации от делания прививок, инъекции, стрижки волос ребенку.
3. Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.
4. Единство и постоянство требований со стороны всех (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).



Рекомендации заботливым родителям

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- Устройство лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов.
- (Узнавайте у воспитателя особенности адаптации вашего ребенка).
- В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
- В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы;
- Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями.



Рекомендации заботливым родителям

- Постарайтесь не входить в группу, если ребенок плачет. Воспитателю будет проще его успокоить. Входите только тогда, когда малыш успокоится, если войдете когда он плачет у него сформируется условный рефлекс, что стоит ему заплакать или погромче закричать и мама сразу же появиться.
- Придумайте ритуал-прощания или приветствия (пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!»). Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!»).
- Можно давать в детский сад любимую игрушку. Учите детей делиться с игрушками с другими детьми
- Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.



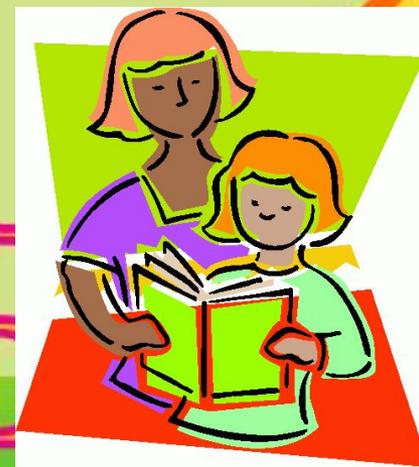
Рекомендации заботливым родителям

- Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. После прогулки он может вернуться в группу, пообедать и потом вы его забираете. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
- Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной.



Рекомендации заботливым родителям

- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов. Дома спрашивайте ребенка о детском саде. Можно поиграть с ребенком в детский сад.
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.



Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- Нормальный сон(засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне;
- Хороший аппетит;
- Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;
- Нормальное настроение, легко просыпается утром;
- Желание идти в детский сад.



Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного для ребенка режима дня.
- Личное неприятие воспитателя



Помните всегда:

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут". По утрам когда собираетесь в детсад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.



К кому можно обратиться за ПОМОЩЬЮ:

- **Воспитатели группы**
- **Директор прогимназии – Зотова Оксана Анатольевна**
- **Старший воспитатель – Хральцова Ирина Владимировна**
- **Педагог-психолог – Асоскова Светлана Алексеевна**



**ЖЕЛАЕМ УДАЧИ ВАМ
И ВАШИМ ДЕТЯМ!**

