

АДАПТАЦИЯ  
ДЕТЕЙ  
К ДЕТСКОМУ  
САДУ



# **Адаптация – процесс приспособления организма к новым условиям.**

Для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит

## **МНОЖЕСТВО ИЗМЕНЕНИЙ:**

- Отсутствие родителей в течение 9 и более часов**
- Новые требования к поведению**
- Строгий режим дня**
- Другой стиль общения**
- Постоянный контакт со сверстниками**
- Новое помещение**

**Все эти изменения обрушиваются на ребенка  
одновременно, создавая для него  
стрессовую ситуацию,  
которая без специальной организации  
может привести  
к невротическим реакциям:**

- капризы,**
- страхи,**
- отказ от еды,**
- частые болезни.**



**Необходимо готовить ребенка заранее к поступлению в детский сад!**



**Общая задача воспитателей  
и родителей –  
помочь ребенку по возможности  
безболезненно войти в  
жизнь детского сада.**

**Адаптация – это постепенный процесс, имеющий свою продолжительность у каждого ребенка.**



**Выделяют три степени адаптации:**

**Легкая адаптация** - сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного

**Адаптация средней тяжести** - сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса

**Тяжелая адаптация** длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма

**Судить о действительном окончании адаптационного периода в большинстве случаев мы можем после 4-6 месяцев, а у некоторых детей – после года пребывания в саду. Особенно это относится к детям от 2 до 3 лет, поскольку частые заболевания в этом возрасте замедляют их окончательное привыкание к детскому саду.**

**Наиболее эмоционально уязвимы при поступлении в детский сад дети с сильной привязанностью к матери и малым социальным опытом (отсутствие общения со сверстниками, контактов со взрослыми и т.п.)-это дети от 1 года до 3 лет. Для таких детей адаптация – это изнуряющий плач, отказ от всего, чем занимаются другие дети, рыдания при сборах на прогулку, подготовке к обеду.**

**При неумелом подходе к таким детям можно нанести им такую эмоциональную травму, последствия которой скажутся на всем последующем развитии ребенка.**

Адаптационный период  
считается законченным, если  
ребёнок с аппетитом ест,  
быстро засыпает и вовремя  
просыпается в бодром  
настроении, играет один или



# Рекомендации родителям по подготовке ребенка к детскому саду

- Занимайтесь со своим ребёнком: т.е. учите его самостоятельно обслуживать себя-одеваться, раздеваться, есть, пользоваться горшком, но никак не памперсами.
- Придерживайтесь дома того же режима дня, что и в детском саду, хотя бы на момент привыкания ребёнка к дошкольному учреждению.
- Настраивайте ребёнка на детский сад только положительно, чтобы не было проблем при расставании с родителями по утрам.
- Занимайтесь со своим ребёнком: т.е. учите его самостоятельно обслуживать себя-одеваться, раздеваться, есть, пользоваться горшком, но никак не памперсами.
- Придерживайтесь дома того же режима дня, что и в детском саду, хотя бы на момент привыкания ребёнка к дошкольному учреждению.
- Настраивайте ребёнка на детский сад только положительно, чтобы не было проблем при расставании с родителями по утрам.



- Общайтесь с ребёнком, не отмахивайтесь от его вопросов. Сами наталкивайте его на разговор с вами. Беседуйте с ним как можно чаще! Проявите заинтересованность в своём ребёнке! И у вашего ребёнка не будет проблем в речевом и умственном развитии.
- Старайтесь, чтобы ваш ребёнок хоть немного ходил пешком, без санок, без маминых и папиных рук! Развивайте ножки ребёнка! Я прекрасно понимаю: вы торопитесь на работу, времени в обрез. НО всё-таки найдите компромиссное решение этой проблеме.

**Главное же для ребёнка в период адаптации к детскому саду – это Ваше терпение и любовь.**



# Не делайте ошибок

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка.

## Чего нельзя делать ни в коем случае:

- **Нельзя наказывать** или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держаться слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
- **Нельзя пугать детским садом** («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- **Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.** Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- **Нельзя обманывать ребенка**, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

# Что делать, если...

...Ребёнок начал ходить  
в детский сад:

Установите тесный контакт с  
работниками детского сада.

Приучайте ребёнка к детскому  
саду постепенно

Не оставляйте ребёнка в саду  
более чем на 8 часов

Поддерживайте дома  
спокойную обстановку

Не перегружайте ребёнка новой  
информацией

...Ребёнок плачет при  
расставании с  
родителями:

Рассказывайте ребёнку, что  
ждёт его в детском саду

Дайте ребёнку с собой в сад  
любимую игрушку или какой-то  
домашний предмет

Будьте спокойны, не  
проявляйте перед ребёнком  
своего беспокойства

Демонстрируйте ребёнку свою  
любовь и заботу





**В детском садике своём Мы очень весело живём,  
И играем, и поём, И занятия ведём.  
Вместе ходим мы в походы Дружно водим  
хороводы!**



**Спасибо за внимание**