

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