

**ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ
В НАШ ДЕТСКИЙ САД**



Адаптация

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

А для ребенка - это сложный процесс привыкания к новой обстановке в детском саду, к новому режиму дня, к новым отношениям и выработка новых умений и навыков.



Уровни адаптации

```
graph TD; A[Уровни адаптации] --- B[Физиологический]; A --- C[Психологический]
```

Физиологический

Психологический

Физиологический

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

Ребенку необходимо привыкнуть к новому режиму, ритму жизни, новым нагрузкам (необходимости сидеть, слушать)

Ребенку необходимо привыкнуть к необходимости самоограничений

Ребенку необходимо привыкнуть к невозможности уединения

Ребенку необходимо привыкнуть к новой пище, новым помещениям, освещенности, запахам

Психологический

**(Зависит от типа нервной системы,
темперамента, эмоциональной сферы)**

**Ребенку предстоит
привыкнуть к отсутствию
значимого взрослого
(мамы, папы...)**

**Ребенку предстоит
привыкнуть к
необходимости в
одиночку справляться со
своими проблемами**

**Ребенку предстоит
привыкнуть к большому
количеству новых людей
и необходимости с ними
взаимодействовать**

**Ребенку предстоит
привыкнуть к
необходимости отстаивать
свое личное пространство**

Выделяют три фазы адаптации:

- 1. Острая фаза, дезадаптация - наблюдаются частые заболевания, нарушения сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад.*
- 2. Адаптация – привыкание к новым условиям, нормализуется поведение.*
- 3. Компенсация – дети начинают вести себя спокойно. Ускоряется темп развития психических процессов.*



□ 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.

□ Средний срок адаптации в норме составляет:

1. В младшем дошкольном возрасте - 7-10 дней
2. В среднем дошкольном возрасте- 2-3 недели
3. В старшем дошкольном возрасте - 1 месяц



Три степени адаптации



Легкая

Средняя

Тяжелая



Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

- ♣ **Легкая адаптация:** ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель;
- ♣ **Средняя адаптация:** в течение всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность, беспокойность сна. Этот период длится 20-40 дней;
- ♣ **Тяжелая адаптация:** длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются привычки: грызение ногтей, сосание пальцев и др.

Правила поведения родителей

- Утренний прием: Придумайте и используйте каждый день систему прощальных знаков (воздушный поцелуй, поглаживание, прощание рукой, мизинчиками и др.).*
- При этом важно! Уходите быстро, не задерживайтесь, не оборачивайтесь - так малышу будет проще отпустить Вас. Не бойтесь разлуки с ребенком, тогда и он легче будет ее переносить.*
- Во время прощания демонстрируйте хорошее настроение, чувствуйте себя уверенно, общайтесь с ребенком только доброжелательным тоном.*
- Дома создайте спокойную, доброжелательную обстановку.*

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его и целуйте. Удачи! Пусть ваш ребенок почувствует себя в детском саду членом дружного коллектива и получит новый толчок для развития.

Спасибо за внимание!

