Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
ДЬЯЧКОВА ВАЛЕНТИНА СЕРГЕЕВНА

Тема: Адаптация детей к условиям детского сада

- **Адаптация** – процесс развития приспособительных реакций организма и ответ на новые для него условия

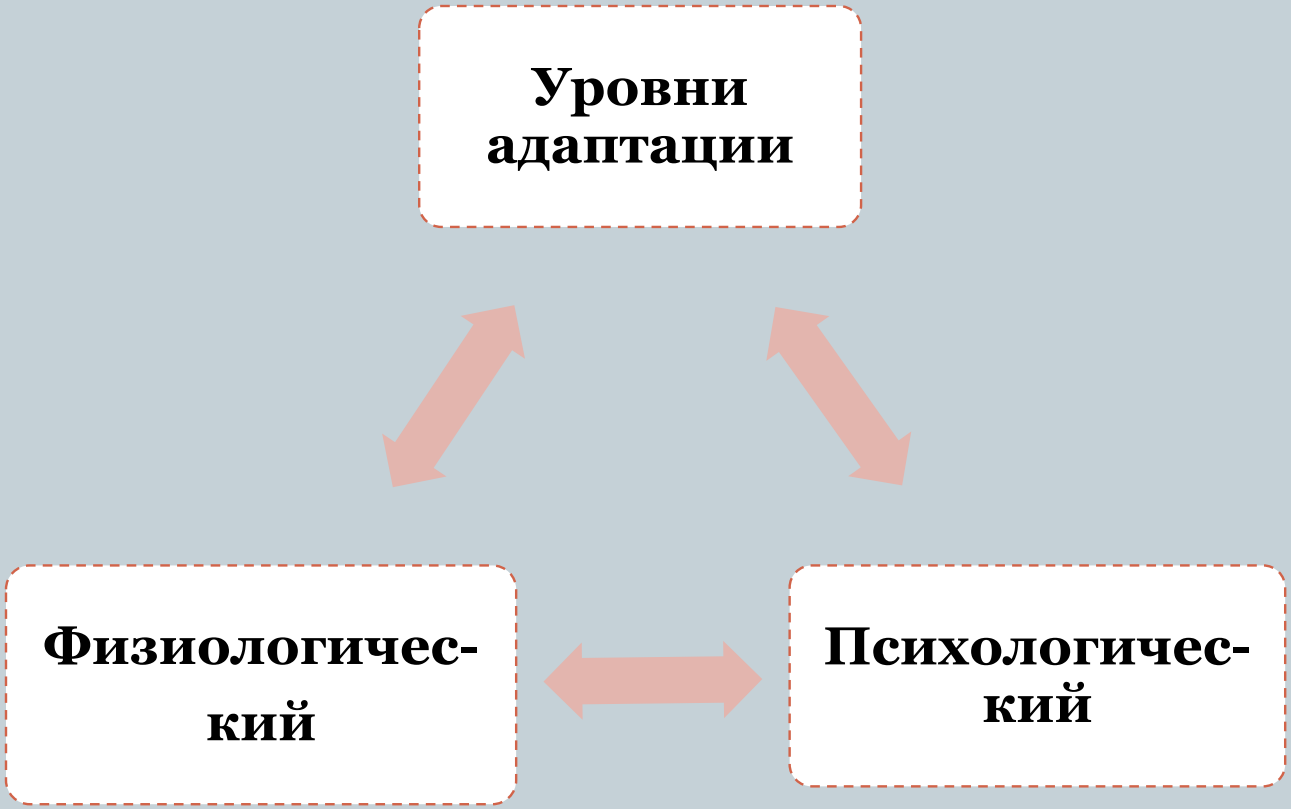
Адаптация является активным процессом приводящим к:

- Позитивным результатам (адаптированность)
- Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)

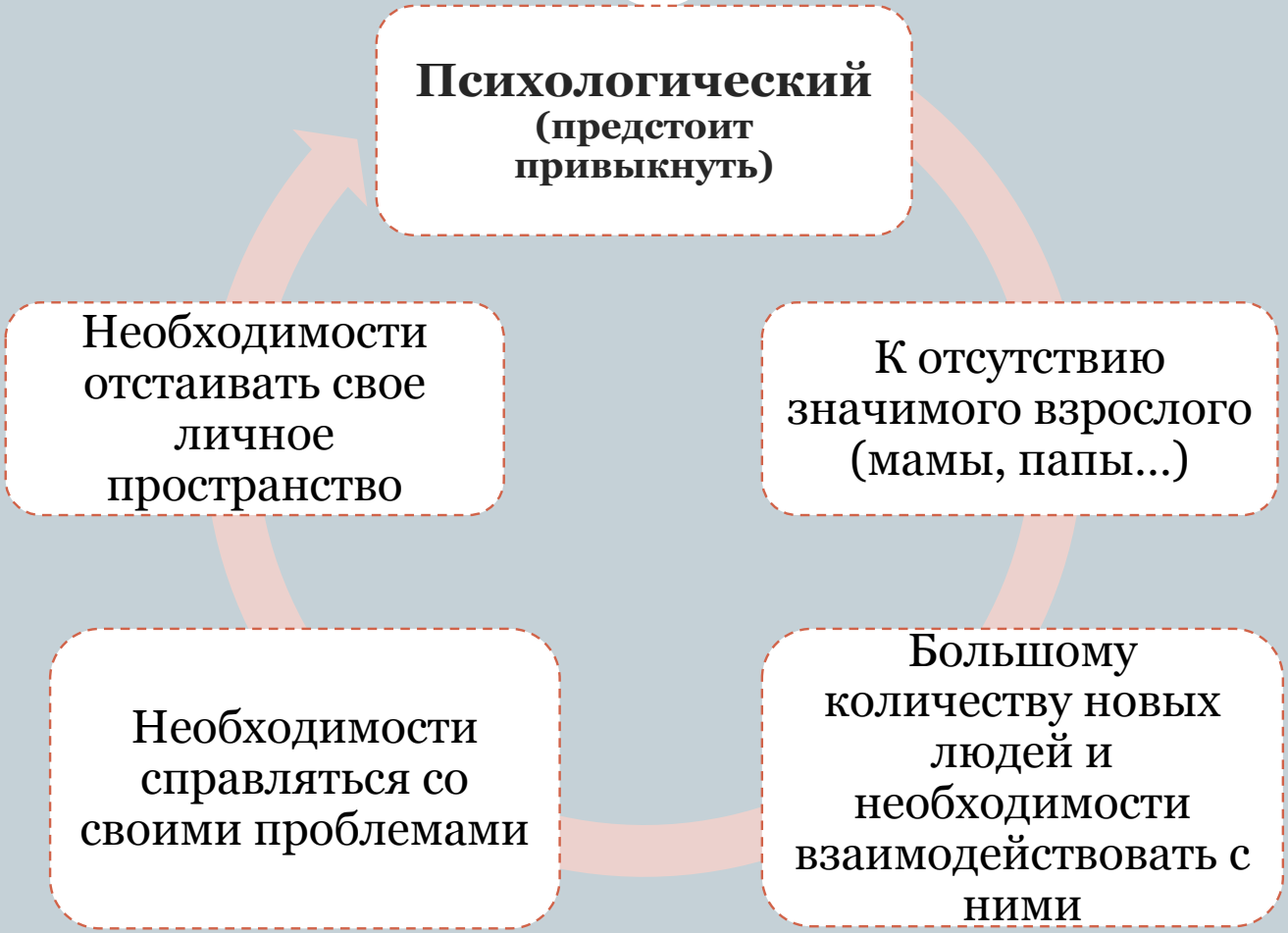
Адаптация



Адаптация

Физиологический (надо привыкнуть)
К новому режиму, ритму жизни, новым нагрузкам
Новой пищи, новым помещениям, освещенности, запахам
Невозможности уединения
Необходимости самоограничений

Адаптация


Психологический
(предстоит привыкнуть)
К отсутствию значимого взрослого (мамы, папы…)
Большому количеству новых людей и необходимости взаимодействовать с ними
Необходимости справляться со своими проблемами
Необходимости отстаивать свое личное пространство

Изменения в жизни ребенка

- **Четкий режим дня**
- **Отсутствие родных рядом**
- **Постоянный контакт со сверстниками**
- **Необходимость слушаться и подчиняться незнакомому до этого человеку**
- **Резкое уменьшение персонального внимания**

Выделяют три фазы адаптации:

Кому адаптироваться легче?

- **Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее**
- **Детям, физически здоровым**
- **Детям, имеющим навыки самостоятельности**
- **Детям, чей режим близок к режиму сада**

Чем могут помочь родители?

- **В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде**
- **В выходные дни не меняйте режим дня ребенка**
- **Не перегружайте малыша в период адаптации**
- **Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера**
- **Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в небольшую мягкую игрушку**
- **Будьте терпимее к капризам**

Спокойное утро

- **И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно**
- **Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться**
- **Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда**
- **Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока«…)**

Типичные ошибки родителей

Чего нельзя делать ни в коем случае:

- **Нельзя наказывать**
- **Избегать разговоров о слезах малыша**
- **Нельзя пугать детским садом**
- **Нельзя плохо отзываться о воспитателях и детском саде при ребенке**
- **Нельзя обманывать ребенка**

Помощь нужна еще и родителям!

Чтобы помочь себе нужно:

- **Быть уверенными, что посещение сада действительно нужно семье**
- **Поверить, что малыш на самом деле вовсе не "слабое" создание**
- **Воспользоваться помощью психолога в детском саду**
- **Заручиться поддержкой. Вокруг вас родители, переживающие те же чувства в этот период**

Признаки успешной адаптации малыша в д/с

- Спокойный сон
- Хороший аппетит
- Охотное общение с другими детьми

- Адекватная реакция на любое предложение воспитателя
- Нормальное эмоциональное состояние

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 дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день.

Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

Спасибо
за внимание