



**ДОБРО
ПОЖАЛОВАТЬ
В НАШ ДЕТСКИЙ САД!**

«Ручеёк»



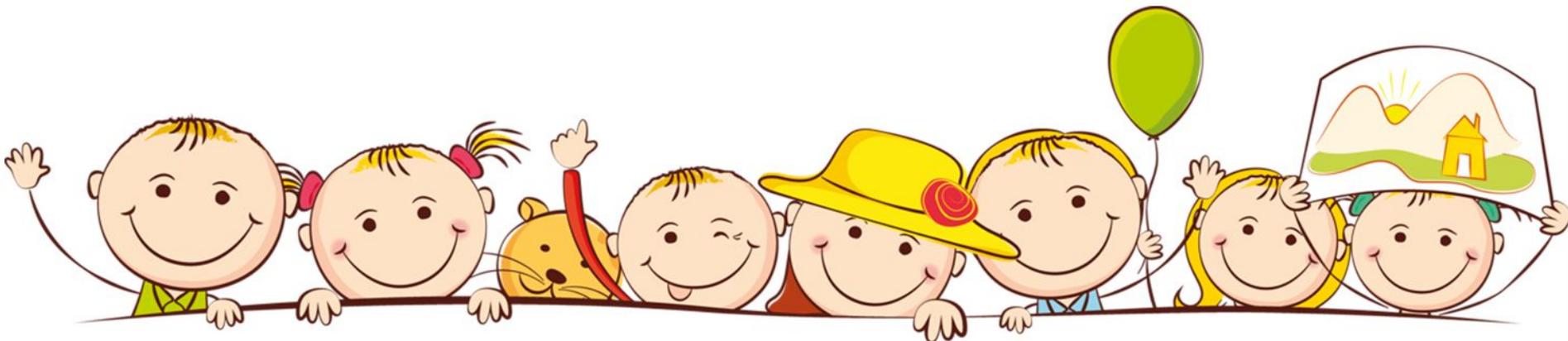
«Адаптация ребёнка дошкольному учреждению»



Подготовил
педагог-психолог
Зуева С.В.

Что такое адаптация

- это сложный процесс приспособления организма к новым условиям, который происходит на разных уровнях - физиологическом, социальном и конечно же на психологическом.



A decorative slide with a smiling sun in the top right corner, a rainbow arching across the center, and a scalloped border. The background features a blue sky with white clouds and a green landscape with rolling hills and trees at the bottom.

Существует три
степени адаптации:

Легкая
Средняя
Тяжелая

Легкая степень адаптации

Она длится от 10 до 20 дней. За это время у ребенка нормализуются сдвиги в поведении. Он спокойно заходит в группу . На контакт со сверстниками и педагогом идет по своей инициативе.



Средняя степень адаптации

Длится от 20 до 40 дней. В течение этого периода настроение у ребенка может быть не устойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, беспокойного сна. А так же такие малыши во время адаптации не редко заболевают.



Тяжелая степень адаптации

Длиться такая адаптация от 2 до 6 месяцев. У малышей в этот период может случиться нервный срыв, а так же прибавляются простудные заболевания. Контакт с ребенком может установиться только через родителей. Но постепенно может все уладиться, многое зависит от обстановке дома и правильное поведение родителей.



Для того чтобы адаптация ребенка
прошла как можно быстрее и легче,
Вам необходимо придерживаться
следующих правил:



Правило № 1

Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком ДООУ у Вас была ВОЗМОЖНОСТЬ не оставлять его на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 2-4 часами. На сон и в конце месяца приводить малыша на целый день.

Правило №2

Дома, в выходные дни или во время болезни, необходимо соблюдать режим дня, в большей степени приближенный к детскому саду.

И максимально придерживается этого режима!!!



Правило № 3

Расскажите родным и знакомым в присутствии ребенка, что он уже ходит в детский сад. Какой он молодец. Ведь он теперь взрослый, совсем как мама и



у.

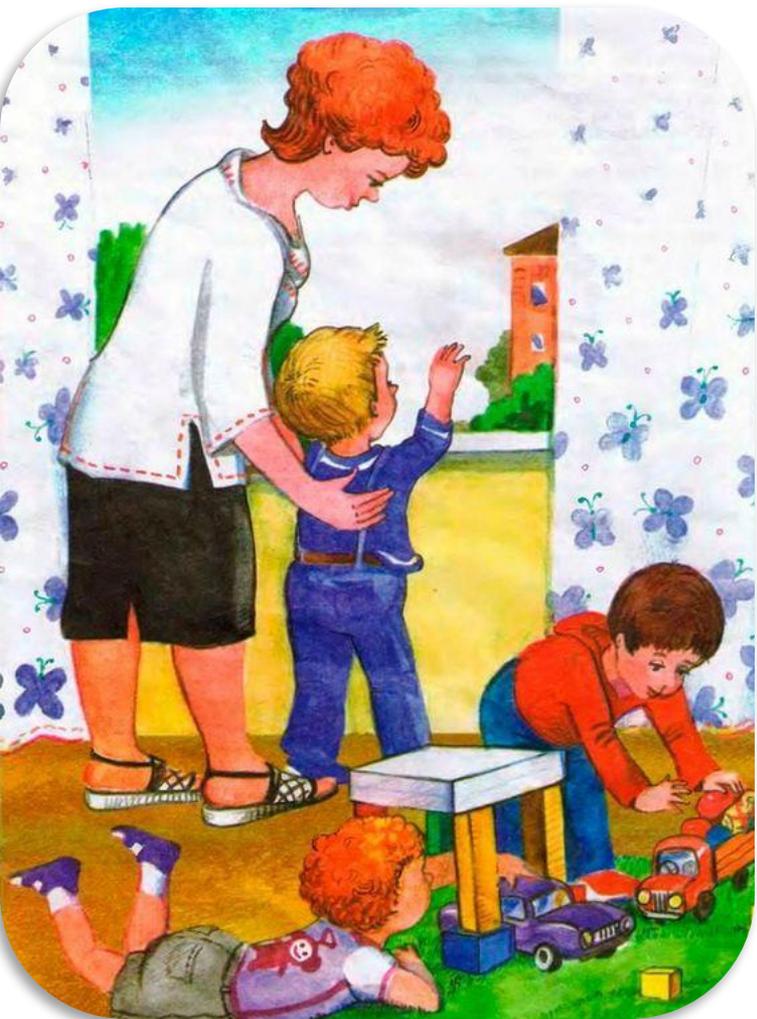
Правило № 4

Придумайте традицию –
прощания или
приветствия (поцелуй
в щечку, слова «Пока,
скоро увидимся») это
простые но регулярно
повторяющиеся
мелочи позволят
малышу
прогнозировать



Правило № 5

Расставания нельзя
затягивать,
прощайтесь легко и
быстро. Не
вызывайте у
ребенка тревогу.
Ваше спокойствие,
уверенность и
улыбка говорят
малышу, что всё в



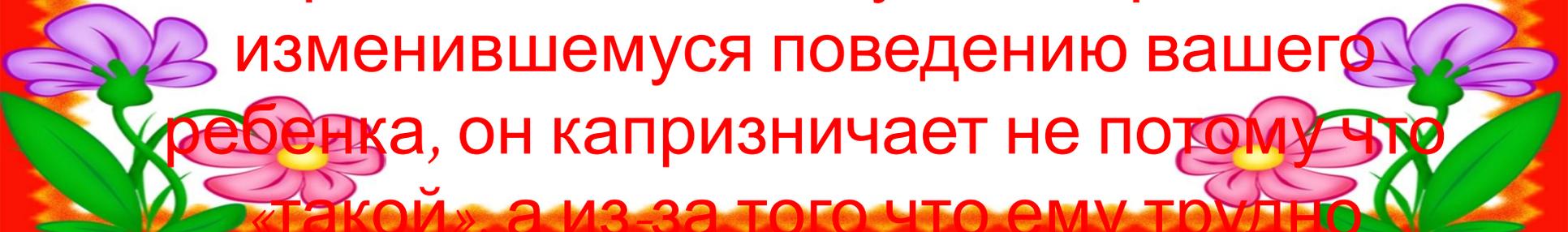


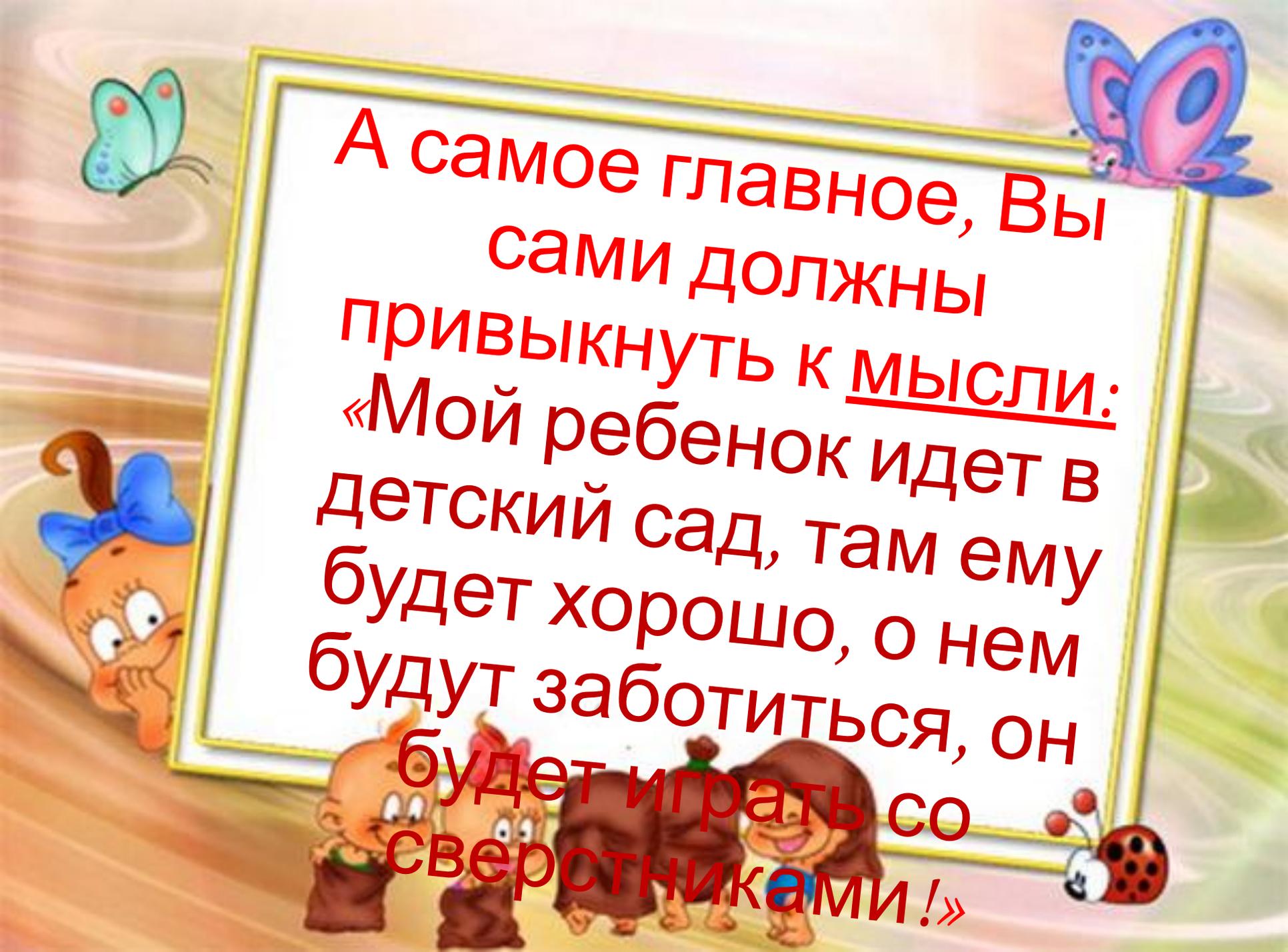
Учите ребенка дома всем навыкам
самообслуживания : одеваться,
раздеваться, самостоятельно кушать.

Одежда должна быть удобной для
ребенка, чтобы он смог сам снять или
одеть ее.

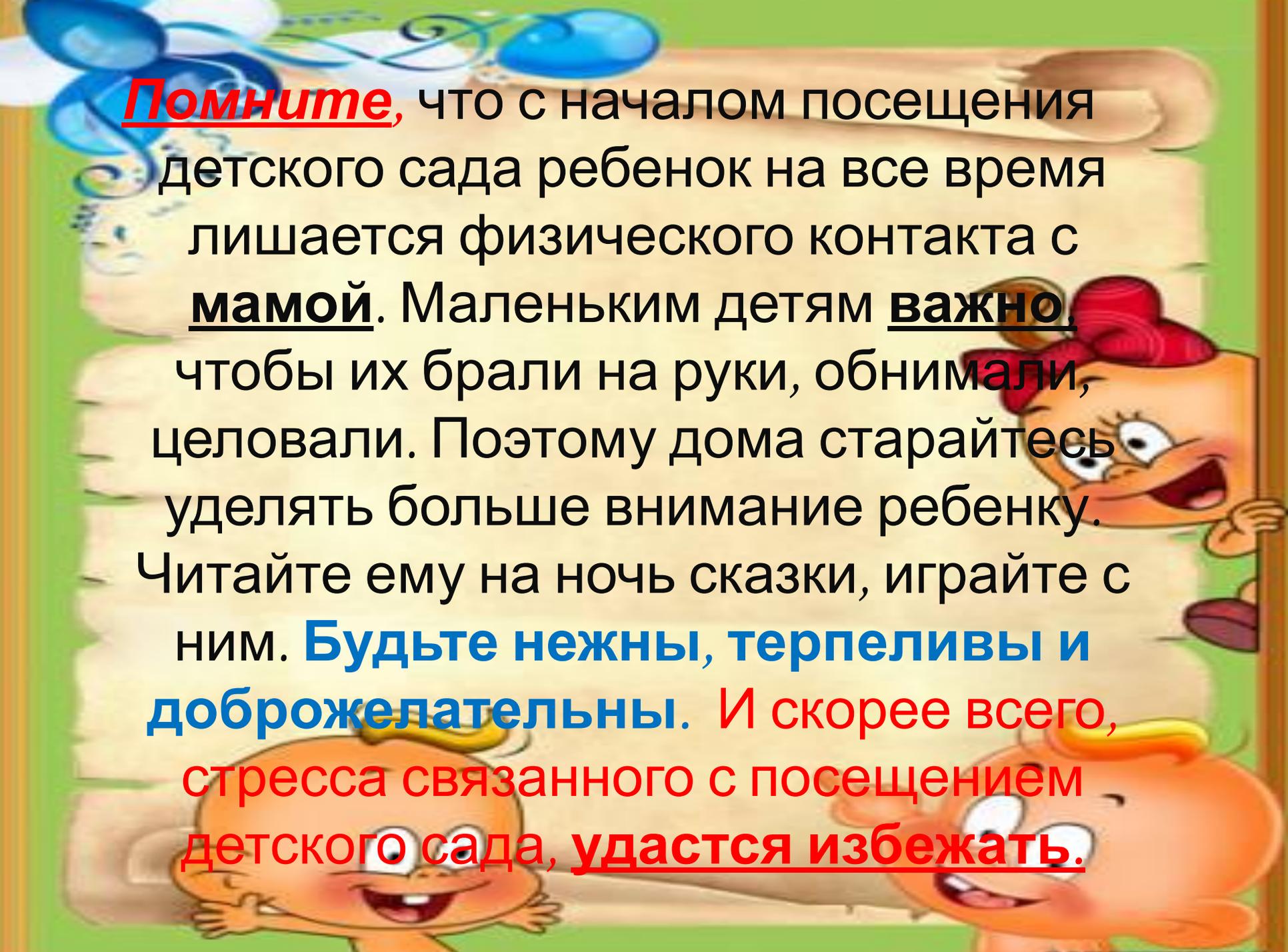
Уменьшите нагрузку на нервную систему,
сократите просмотр телевизионных
программ.

В период адаптации будьте терпимы к
изменившемуся поведению вашего
ребенка, он капризничает не потому что
«такой» а из-за того что ему трудно





А самое главное, Вы
сами должны
привыкнуть к мысли:
«Мой ребенок идет в
детский сад, там ему
будет хорошо, о нем
будут заботиться, он
будет играть со
сверстниками!»



Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на все время лишается физического контакта с мамой. Маленьким детям важно, чтобы их брали на руки, обнимали, целовали. Поэтому дома старайтесь уделять больше внимание ребенку. Читайте ему на ночь сказки, играйте с ним. **Будьте нежны, терпеливы и доброжелательны.** И скорее всего, **стресса связанного с посещением детского сада, удастся избежать.**