

Семинар для родителей

# Адаптация ребенка к детскому саду

МБДОУ детский сад «Солнышко»

поселок Молодежный Моршанского района  
Тамбовской области  
Заведующий: Хмылева Татьяна Александровна



**Мы такие, какие мы есть...**

Очевидно, где-то в подсознании у нас укоренилось: раз ребенку стукнуло три года - значит, ему надо идти в детский сад. Там он лучше будет развиваться, у него появятся друзья... Да, и мама должна выйти на работу. Словом, детский сад - необходимость. Словом, без него не обойтись. Он - одна из всех ступенек детства, по которым надо подниматься в срок. В срок так в срок... И вы, как все, в три года отвели ребенка в детский сад. Вот он ходит день, второй, неделю... Только почему-то вы не рады, а скорее озабочены всем этим. Ваш малыш почти неузнаваем, словно подменили малыша. С ним все время что-то происходит. Только не понятно, что же, что...

**Как проходит и от чего зависит адаптация ребенка к детскому саду?**

**Что представляет из себя эмоциональный профиль ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад?**

**Как помочь своему малышу справиться с эмоциями?**

Попытаемся разобраться в этих вопросах.

Отрицательные эмоции

Страх

Гнев

Аппетит

Положительные эмоции

Сон

Эмоциональный портрет

Социальные контакты

Двигательная активность

Познавательная деятельность

Особенности речи

Социальные навыки

## Отрицательные эмоции

важнейший компонент ЭП, встречающийся, в основном, у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу. Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что, хоть на время, у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны.

В палитру плача входит также и "плач за компанию", которым уже почти адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает "новичков", пришедших в группу, и составляет "плачущий дуэт" или же просто подпевает в хоре.

Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями

**Страх** - обычный спутник отрицательных эмоций, их "сослуживец", "компаньон" и "друг". Наверяд ли вам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь ваш малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам, гнездится в нем самом. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей, а главное, того, что вы забудете о нем, уйдя из сада на работу. Малыш боится, что вы предали его, что не придете за ним вечером, чтобы забрать домой... Малыш боится... Очень часто мы невольно сами провоцируем его глобальный страх. И этот страх - источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.

# Гнев

Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент малыш ваш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту. В период адаптации ребенок похож на "ахиллесову пяту" и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождаемая им агрессия способны разгореться, даже если нету искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.

**Положительные эмоции** - противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Они сравнимы только лишь с рассветом, который возвещает нам о том, что ночь уже давно пошла на убыль и будет светлый, много обещающий всем день. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто "опьянен" ориентировочной реакцией на "прелесть новизны". Чем легче адаптируется ваш ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего ребенка адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные "лекарства", вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.



## **Социальные контакты.**

Уже в три года ваш малыш обычно любит контактировать с людьми, сам выбирая повод для контакта.

*Коммуникабельность ребенка* - это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводят лишь в "гордом одиночестве". На смену этой "гордой бесконтактности" приходит "компромиссная контактность", означающая то, что ваш ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт со взрослыми людьми.

Однако эта инициатива мнима. Она нужна ребенку только лишь как выход из сложившегося положения и не направлена на улучшение общения с людьми, особенно со сверстниками.

Как только ваш малыш сумеет наконец наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль - и это будет важным шагом к завершению всего процесса адаптации у вашего ребенка.

**Познавательная деятельность** - обычно верный "друг" всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. В три года эта деятельность тесно связана с игрой. Поэтому малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Ваш "почемучка" словно в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако как только он проснется, или, в конце концов, вы все-таки "разбудите" его, активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.

## **Социальные навыки.**

Под прессом стресса ваш малыш обычно изменяется настолько, что может "растерять" почти все навыки самообслуживания, которые уже давно усвоил и которыми успешно пользовался дома. Все это вызывает частые насмешки у детей и недовольство воспитателей, как правило, считающих, что ваш малыш совсем не подготовлен к саду. Его приходится кормить из ложечки и умывать, как младенца. Он "не умеет" одеваться, раздеваться и пользоваться носовым платком. Не знает, когда надо говорить спасибо. Ну, словом, маленький дикарь. Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организованного коллектива, он "вспоминает" вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

## **Особенности речи.**

У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз, при разговоре с вами лишь употребляя младенческие или облегченные слова. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. И предложения из многосложных стали односложными. В ответах на вопросы - "телеграфный стиль". Такая речь - итог тяжелой адаптации. При легкой - она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.

## **Двигательная активность.**

Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако постарайтесь все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.

## Сон.

Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как "ванька-встанька". Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но сон навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. Порою кажется, что малыша преследуют кошмары. Как будто бы он смотрит сон свой в телевизоре, где ясно видит, что с ним происходит. Однако фильм имеет только страшное начало, конец малыш боится посмотреть. И чтобы его действительно не видеть, в испуге, плача, прерывает сон. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.

## Аппетит.

Чем менее благоприятно адаптируется ваш ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже ваш малыш впадает вдруг в другую крайность, и ест не меньше взрослого, пытаясь своим "волчьим" аппетитом хоть как-то удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.

На фоне стресса ваш ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не только восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться. Вам надо также знать, что у ребенка во время адаптационного процесса внезапно, без каких-то видимых причин, возможно кратковременное повышение температуры. Обычно в этих случаях врач говорит об "адаптационных свечах". Такие "свечи" лишней раз подчеркивают тяжесть адаптационного периода.

## **Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению:**

### *I. До родов (антенатальные факторы).*

- Токсикозы I и II половины беременности.
- Острая и инфекционная заболеваемость матери в период беременности.
- Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.
- Прием лекарственных препаратов матерью во время беременности.
- Стрессовые ситуации у матери в период беременности (конфликты на работе, в семье, горестные переживания).
- Профессиональные вредности матери в период беременности.
- Употребление матерью алкоголя во время беременности.
- Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
- Курение матери в период беременности.



**Анамнестические факторы риска,  
осложняющие адаптацию ребенка к  
дошкольному учреждению:**

*II. Во время родов (интранатальные факторы).*

- Осложнения в родах.
- Наличие асфиксии разной степени тяжести.
- Родовая травма.
- Хирургические вмешательства во время родов.
- Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

## **Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению:**

### *III. После родов (постнатальные факторы).*

- Недоношенность или переношенность ребенка.
- Крупная масса тела (вес больше 4 кг).
- Заболеваемость на первом месяце жизни.
- Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
- Курение матери во время вскармливания грудью.
- Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).
- Искусственное вскармливание ребенка.
- Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипотрофия, паратрофия, анемия).
- Частые ОРВИ, острые инфекционные заболевания у ребенка до 3-х лет.
- Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, врожденный порок сердца и т. д.).

## **Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению:**

### *III. После родов (постнатальные факторы).*

- Задержка нервно-психического развития.
- Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.
- Отсутствие закаливающих мероприятий.
- Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.
- Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
- Конфликтные взаимоотношения в семье.
- Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
- Первый или единственный ребенок в семье.
- Неправильное воспитание ребенка: "кумир семьи", "кронпринц", "Золушка", "ежовые рукавицы", гиперопека, гипоопека и т. д.

## **Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад**

- Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.
- Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.
- Устранить устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.
- Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

## **Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад**

- Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
- Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.
- Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.
- Повысить роль закаливающих мероприятий.
- Оформить в детский сад по месту жительства.
- Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
- Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
- "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

## Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

- Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.
- Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.
- Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
- Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
- Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

## **Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад**

- Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
- Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
  - Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
  - Щадить его ослабленную нервную систему.
  - Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
- На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости.
- Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

## **Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад**

- Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
- Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.
- При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.



Здесь ребенок будет счастлив,  
Весел, ловок и удачлив.  
Да умен не по годам!  
И всегда он будет рад  
Посещать наш детский сад!



*Кто зайдет, тот будет рад-  
Вот такой наш детский сад!*

**Спасибо за внимание!**

## **Список используемой литературы:**

**Понятие адаптации - Ж. Пиаже, А.Н. Леонтьев, Д.А. Андреева, Б.Г. Рубин, Ю.С. Колесников.**

**В педагогической литературе освещены вопросы адаптации к ДООУ детей раннего возраста - А.И. Жукова, Н.И. Добрейцер, Р.В. Тонкова-Ямпольская, Н.Д. Ватутина и др.**

**Разработаны рекомендации для педагогов и родителей по подготовке ребенка к поступлению и организации адаптационного периода в ДООУ - В.Н. Белкина, Н.Д. Вавилова, В.Н. Гуров, Е.В. Жердева, О.Г. Заводчикова, Н. В. Кирюхина, К.Л. Печора, Р.В. Тонкова-Ямпольская.**