

# Адаптация ребёнка к детскому саду



# Понятие адаптация

- **Адаптация (позднелат. adaptatio - прилаживание, приспособление, от лат. adapto - приспособляю) - процесс приспособления, строения и функций организмов, и их органов к условиям среды.**
- **В Российской педагогической энциклопедии социальная адаптация определяется как приспособление человека к условиям новой социальной среды; один из социально-психологических механизмов социализации личности.**
- **Адаптация социально-психологическая - это взаимодействие личности и социальной среды, которое приводит к оптимальному соотношению целей и ценностей личности и группы.**

(Е.С.Кузьмин, В.Е.Семёнова)



# ФАЗЫ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА

В ходе комплексного исследования, проведенного ученым в разных странах, было выделено 3 фазы адаптационного процесса:

- 1) *острая фаза*, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем 1 мес.);
- 2) *подострая фаза* характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3-5 мес.);
- 3) *фаза компенсации* характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.



# Тяжесть адаптации

Различают 3 степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- *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.



# «Критические» периоды

- Это, например, первое полугодие второго года жизни, когда привычки ребенка уже разнообразны, а умения, самостоятельность и речь несовершенны. Вследствие этого жизнь малыша тесно связана с обслуживающим взрослым, привязанность к которому у малыша порой бывает чрезмерной.
- кризисные периоды происходят качественные изменения в развитии личности ребенка, выработка новых способов деятельности, т.е. кризисы являются важными моментами в развитии ребенка, и от того, как будут пройдены переломные этапы, зависит его дальнейшее развитие.



# Кому адаптироваться легче?

- **Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее, за несколько месяцев до этого события. Эта подготовка могла заключаться в том, что родители читали сказочные истории о посещении садика, играли "в садик" с игрушками, гуляли возле садика или на его территории, рассказывая малышу, что ему предстоит туда ходить. Если родители использовали возможность и познакомили ребенка с воспитателями заранее, то малышу будет значительно легче (особенно, если он не просто видел эту "тетю" несколько минут, а смог пообщаться с ней и пройти в группу, пока мама была рядом).**
- **Детям, физически здоровым, т.е. не имеющим ни хронических заболеваний, ни предрасположенности к частым простудным заболеваниям. В адаптационный период все силы организма напряжены, и когда можно направить их на привыкание к новому, не тратя еще и на борьбу с болезнью, это хороший "старт".**



# Кому адаптироваться легче?

- **Детям, имеющим навыки самостоятельности. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме), "горшечный" этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, чтобы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.**
- **Детям, чей режим близок к режиму сада. За месяц до посещения сада родители должны начать приводить режим ребенка к тому, какой его ждет в саду. Уточните заранее расписание дня в саду. Для того чтобы легко встать утром, ложиться нужно не позже 20:30.**



# Как могут помочь родители?

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





# Литература

- Роньжина А.С.  
Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период Адаaptации к дошкольному учреждению.-М.: Книголюб,2006.-72с.
- Психолог советует.-СПб.:ООО «Издательство «Детство-Пресс»-Наглядное пособие.
- Тимофеичева И.В.,Оськина О.Е.  
«ЛАДУШКИ».Развивающие игры-занятия для детей раннего возраста.  
Конспекты занятий.-М.:УЦ»Перспектива»,2010.-96с.
- Л.В. Томашевская, Е. Ю. Герц, Е. В. Андрющенко  
Интегрированные занятия с детьми в период адаптации к детскому саду.-  
СПб.:ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2011.-96с.



Ждём Вас в нашей дружной  
семье



ДЕТСКИЙ САД