

# **КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ВО ВРЕМЯ АДАПТАЦИИ**

**ПОДГОТОВИЛА:  
ПАВЛОВА О.С.**

**Адаптация-это процесс  
приспособления  
организма  
и личности ребенка к  
новой обстановке и  
новым условиям.**

**ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ ВТОРОГО - ТРЕТЬЕГО ГОДА ЖИЗНИ К УСЛОВИЯМ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ОЧЕНЬ АКТУАЛЬНА. ОТ ТОГО, КАК ПРОЙДЕТ ПРИВЫКАНИЕ РЕБЕНКА К НОВОМУ РАСПОРЯДКУ ДНЯ, К НЕЗНАКОМЫМ ВЗРОСЛЫМ И СВЕРСТНИКАМ, ЗАВИСЯТ ЕГО ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ДАЛЬНЕЙШЕЕ БЛАГОПОЛУЧНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ В ДЕТСКОМ САДУ И В СЕМЬЕ. К СОЖАЛЕНИЮ, ЭТОТ ПРОЦЕСС**



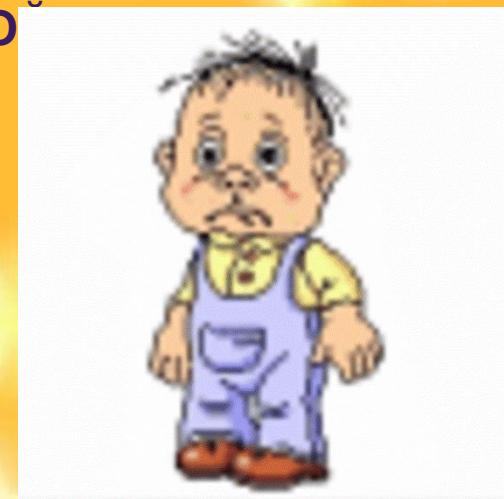
## ХАРАКТЕР АДАПТАЦИИ ЗАВИСИТ ОТ НЕСКОЛЬКИХ ФАКТОРОВ:

1. ВОЗРАСТА (ТРУДНЕЕ ВСЕГО ПЕРЕНОСЯТ ИЗМЕНЕНИЯ УСЛОВИЙ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ОТ 10-11 МЕСЯЦЕВ ДО ПОЛУТОРА ЛЕТ);
2. СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И УРОВНЯ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА;
3. БИОЛОГИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНОГО АНАМНЕЗА (ПРОТЕКАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ, ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ РОДАХ; УСЛОВИЯ ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ И Т. П.)



**ЧТОБЫ АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА ПРОИЗОШЛА БЫСТРЕЕ МЫ В СВОЕЙ РАБОТЕ ДЕЛАЕМ СЛЕДУЮЩЕЕ:**

- 1. СОЗДАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО БЛАГОПРИЯТНОЙ АТМОСФЕРЫ В ГРУППЕ.**
- 2. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ, КОТОРУЮ ЖЕЛАТЕЛЬНО НАЧАТЬ ЕЩЕ ДО ПОСТУПЛЕНИЯ РЕБЕНКА В ДЕТСКИЙ САД.**
- 3. ПРАВИЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В АДАПТАЦИОННОЙ ПЕРИОД, НАПРАВЛЕННОЙ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ КОНТАКТОВ «РЕБЕНОК-ВЗРОСЛЫЙ» И «РЕБЕНОК-РЕБЕНОК» И ОБЯЗАТЕЛЬНО ВКЛЮЧАЮЩЕЙ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ.**
- 4. СОЗДАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО БЛАГОПРИЯТНОЙ ГРУППЕ.**



# Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе





**НЕОБХОДИМО СФОРМИРОВАТЬ У РЕБЕНКА ПОЛОЖИТЕЛЬНУЮ  
УСТАНОВКУ, ЖЕЛАНИЕ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД.**

**ДЛЯ ЭТОГО МЫ СОЗДАЕМ АТМОСФЕРУ ТЕПЛА, УЮТА И  
БЛАГОЖЕЛАТЕЛЬНОСТИ В ГРУППЕ. ЕСЛИ РЕБЕНОК С ПЕРВЫХ  
ДНЕЙ ПОЧУВСТВУЕТ ЭТО ТЕПЛО, ИСЧЕЗНУТ ЕГО ВОЛНЕНИЯ И  
СТРАХИ, НАМНОГО ЛЕГЧЕ ПРОЙДЕТ АДАПТАЦИЯ.  
ПРАКТИЧЕСКИ ЛЮБОЙ МАЛЫШ В ПЕРВОЕ ВРЕМЯ ИСПЫТЫВАЕТ  
ДИСКОМФОРТ ОТ РАЗМЕРОВ ГРУППОВОЙ КОМНАТЫ И СПАЛЬНИ  
- ОНИ СЛИШКОМ БОЛЬШИЕ, НЕ ТАКИЕ, КАК ДОМА.  
ЧТОБЫ РЕБЕНКУ БЫЛО ПРИЯТНО ПРИХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ САД  
МЫ СТАРАЕМСЯ «ОДОМАШНИТЬ» ГРУППУ.  
ДЕЛАЕМ БОЛЕЕ УЮТНЫМ.**





**Необходимо создать в группе и  
спортивный уголок, который  
удовлетворял бы потребность  
2-х — 3-х - летних детей в  
движении.**

**ПСИХОЛОГИ УСТАНОВИЛИ, ЧТО ИЗО - ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА НЕ ТОЛЬКО И НЕ СТОЛЬКО ХУДОЖЕСТВЕННО - ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВО, СКОЛЬКО ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫПЛЕСНУТЬ НА БУМАГУ СВОИ ЧУВСТВА. ОСОБОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ДОСТАВЛЯЕТ ДЕТЯМ РИСОВАНИЕ ФЛОМАСТЕРАМИ НА ПРИКРЕПЛЕННОМ К СТЕНЕ ЛИСТЕ БУМАГИ.**



**УМИРОТВОРЯЮЩЕЕ ДЕЙСТВУЮТ НА ДЕТЕЙ ИГРЫ С ПЕСКОМ И  
ВОДОЙ, А В  
ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ОКАЗЫВАЮТ И РАССЛАБЛЯЮЩЕЕ  
ДЕЙСТВИЕ.  
ДЛЯ ИГР В НЕМ ИСПОЛЬЗУЕМ НЕБЬЮЩИЕСЯ ФОРМОЧКИ, СИТА,  
ВОРОНКИ,  
БАНОЧКИ.  
ДЕТИ ЛЮБЯТ КУПАТЬ В ВАННОЧКИ ПУПСИКОВ, ПУСКАТЬ  
КОРАБЛИКИ,  
ВЫЛАВЛИВАТЬ САЧКОМ И КРЮЧКОМ ШАРИКИ, КОЛЕЧКИ.**



**ЛАСКОВОЕ ОБРАЩЕНИЕ С РЕБЕНКОМ,  
ПЕРИОДИЧЕСКОЕ ПРЕБЫВАНИЕ ЕГО НА  
РУКАХ ВЗРОСЛОГО ДАЕТ  
ЕМУ ЧУВСТВО ЗАЩИЩЕННОСТИ,  
ПОМОГАЕТ БЫСТРЕЕ АДАПТИРОВАТЬСЯ.**



**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ ВОЗНИКАЕТ НА  
ОСНОВЕ  
СОВМЕСТНЫХ ДЕЙСТВИЙ,  
СОПРОВОЖДАЕМЫХ УЛЫБКОЙ,  
ЛАСКОВОЙ ИНТОНАЦИЕЙ, ПРОЯВЛЕНИЕМ  
ЗАБОТЫ К  
КАЖДОМУ МАЛЫШУ.**



**ПЕРВЫЕ ИГРЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ФРОНТАЛЬНЫМИ, ЧТОБЫ НИ ОДИН РЕБЕНОК НЕ ЧУВСТВОВАЛ СЕБЯ ОБДЕЛЕННЫМ ВНИМАНИЕМ. ИНИЦИАТОРОМ ИГР ВСЕГДА ВЫСТУПАЕТ ВОСПИТАТЕЛЬ. ИГРЫ ВЫБИРАЮТСЯ С УЧЕТОМ ИГРОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЕТЕЙ, МЕСТА ПРОВЕДЕНИЯ И Т. Д. СГЛАДИТЬ АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД ПОМОГУТ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО ПРОВОДИТЬ ПО НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ.**



## ИГРА «ИДИ КО МНЕ»

### Ход игры.

Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и манит его к себе, ласково приговаривая: «*Иди ко мне, мой хороший!*» Когда ребенок приходит, воспитатель обнимает его: «*Ах, какой хороший ко мне Коля пришел!*» Игра повторяется.



## «ПРЯЧЕМ МИШКУ»

### Ход игры.

Воспитатель прячет знакомую детям большую игрушку, так, чтобы она была немного видна. Говоря: «Где мишка?», ищет его вместе с детьми. Когда малыши найдут игрушку, взрослый прячет ее так, чтоб найти было сложнее. После игры с мишкой, прячется сам воспитатель, громко произнося «ку-ку». Когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другом месте. Потом взрослый предлагает спрятаться кому-нибудь из детей.





## ПЕРЕДАЙ КОЛОКОЛЬЧИК.

Материал. Колокольчик.

Ход игры. Дети сидят на стульях полукругом. В центре стоит воспитатель

с колокольчиком в руках. Он звонит в колокольчик и говорит: «Тот, кого я позову, будет звонить в колокольчик. Таня, иди, возьми колокольчик». Девочка становится на место взрослого, звонит в колокольчик и приглашает другого ребенка, называя его по имени (или показывая рукой) .



**ГЛАВНОЙ ФИГУРОЙ И ЦЕНТРОМ ВНИМАНИЯ ДЛЯ ДВУХЛЕТНИХ ДЕТЕЙ ВСЕГДА ОСТАЕТСЯ ВЗРОСЛЫЙ, ПОЭТОМУ ОНИ С БОЛЬШИМ ИНТЕРЕСОМ НАБЛЮДАЮТ ЗА НАШЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ. ЕСЛИ МАЛЫШИ НЕ РАСПОЛОЖЕНЫ В ДАННЫЙ МОМЕНТ К ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ, МОЖНО ПОЧИТАТЬ ИМ СКАЗКУ ИЛИ ПОИГРАТЬ В СПОКОЙНЫЕ ИГРЫ.**



## РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.

Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду. Родители, отдавая ребенка в детский сад, испытывают тревогу за его судьбу. Чутко улавливая состояние и настроение своих близких, особенно мамы, ребенок тоже тревожится. Поэтому наша задача - успокоить прежде всего взрослых: приглашаем их осмотреть групповые помещения, показываем кровать, игрушки, знакомим с режимом дня, вместе обсуждаем, как облегчить период адаптации. В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к нашим советам, принимать к сведению наши консультации, наблюдения и пожелания.



# СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ:

Период **легкой адаптации** длится 1–2 недели. У ребенка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребенок достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно, и к концу второй-третьей недели они восстанавливаются. **Острых заболеваний не возникает.**



Во время адаптации **средней тяжести** нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче, привыкание к яслям длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 30–40 дней, настроение неустойчиво, в течение месяца значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, практически не разговаривает. Эти изменения могут длиться до полутора месяцев. Отчетливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это могут быть функциональное нарушение стула, бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, могут усилиться проявления экссудативного диатеза. Особенно ярко эти проявления отмечаются перед началом заболевания, которое протекает, как правило, в форме острой респираторной инфекции.



Особую тревогу родителей и воспитателей вызывает состояние **ТЯЖЕЛОЙ** адаптации. Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль. Другой вариант тяжелого протекания адаптационного периода — неадекватное поведение ребенка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребенка. Ребенок плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами; сон чуткий и короткий. Во время бодрствования ребенок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведет себя агрессивно.



## **ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА УСПЕШНОСТЬ ПРИВЫКАНИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ?**

### **1. ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА АДАПТАЦИЮ.**

Прежде всего характер адаптации связан с физическим состоянием ребенка. Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями, он лучше справляется с трудностями. Дети нервно и соматически ослабленные, быстро утомляющиеся, имеющие плохой аппетит и плохой сон, испытывают, как правило, большие трудности в период адаптации.

### **2. ВОЗРАСТ РЕБЕНКА КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА АДАПТАЦИЮ.**

Этот фактор имеет глубинную связь с привязанностью ребенка к маме и возникающими на этой основе невротическими формами поведения. Многие дети в возрасте от 6 месяцев до 2,5 лет трудно адаптируются к яслям, но особенно это заметно в возрасте от 8 месяцев до 1 года 2 месяцев, т.е. в период, когда совпадают беспокойство при разлуке с матерью и страх посторонних.

### **3. СТЕПЕНЬ СФОРМИРОВАННОСТИ ОБЩЕНИЯ И ПРЕДМЕТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

Установлено, что дети, которые испытывают трудности в привыкании к детскому учреждению, чаще всего имеют в семье преимущественно эмоциональные контакты со взрослыми. Дома с ними мало играют, а если и играют, то не слишком активизируют инициативу, самостоятельность малышей. У таких детей чрезмерно развита потребность во внимании, ласке, физических контактах.

### **4. ОТНОШЕНИЕ РЕБЕНКА К РОВЕСНИКАМ.**

Большое влияние на течение адаптации оказывает и отношение ребенка к ровесникам. Дети, которые с трудом привыкают к детскому учреждению, часто сторонятся сверстников, плачут при их приближении, иногда ведут себя агрессивно по отношению к ним.

### **5. ХАРАКТЕР ВЗАИМООТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ.**

Если мать тревожно-мнительна и слишком опекает ребенка, если она обладает конфликтным характером и предпочитает авторитарный стиль воспитания, если родители испытывают трудности в общении с окружающими, если в семье часто происходят ссоры, — всё это может явиться причиной невротизации ребенка и его трудной адаптации к дошкольному учреждению.

# Успешная адаптация.

- Хороший аппетит



- Спокойный сон



- Охотное общение с другими детьми

- Адекватная реакция на любое предложение воспитателя

- Нормальное эмоциональное состояние





## СРЕДСТВА БЫСТРОЙ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К УСЛОВИЯМ ДОУ.

- Сформированные навыки  
самообслуживания

- Умение самостоятельно  
играть

- Сформированный навык общения с  
детьми и взрослыми

- Культурно – гигиенические навыки



# ТОЛЬКО

# СОТРУДНЕЧЕСТВО!!!

- Адаптация к детскому саду — тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков.

-Мы стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации, и всячески предупреждаем и не допускаем проявлений тяжелой адаптации.



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!!!!**

