

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Дамырак»
с. Кызыл-Мажалык Барун-Хемчикского района

В детский сад с радостью!

Консультация для родителей



Воспитатель: Адывар А. Р.

Адаптация-приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. (С.И.Ожегов)



К двум годам жизни у ребенка складывается свой мир, в котором он чувствует себя уверенно и защищенно. Изменение социальных стереотипов нарушает состояние малыша, требует напряжения адаптационных механизмов. Типичной картиной состояния, когда ребенок остается один на один в изменившихся условиях, является его приход в дошкольное учреждение.

(Г.Б.Рогова)



Классификация адаптации

Легкая адаптация

Среднетяжелая

Тяжелая

Проявления периода адаптации

- Повышение заболеваемости
- Нарушение сна
- Снижение аппетита
- Поведенческие реакции (капризы, утомляемость, привязанность к взрослым)
- Обострение аллергических проявлений



Чтобы адаптация прошла успешно:



Сохранять спокойствие и уверенность в положительном результате



Рассказывать ребенку об интересных событиях, которые ждут его в детском саду



Не затягивать процесс расставания



Взять с собой любимую игрушку



Одеть ребенка в удобную одежду, иметь запасную



Постепенно увеличивать время пребывания ребенка в детском саду



Беседовать и советоваться с педагогами ДОУ



С пониманием относиться к изменениям в поведении ребенка



Соблюдать дома режим дня как в детском саду



Играть дома вместе с детьми



РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРУШКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Дети раннего возраста любят с игрушкой действовать, поэтому она должна разбираться, собираться, изменяться.



шнуровки



лабиринт



музыкальная черепаха



логический домик

**Наблюдение за
ребенком**

**Индивидуальный
подход к ребенку**

**Использование
психологических
приемов**

**Консультации
психолога**

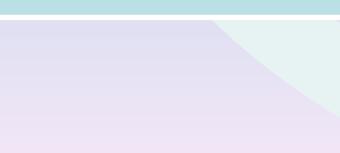
**Психологическое
сопровождение
детей в период
адаптации**

**Выбор
индивидуального
плана адаптации**

**Консультации
невропатолога**

**Коррекционно-
развивающие
занятия с
психологом**

**Взаимодействие
всех специалистов**



Психологические приемы снятия напряжения



Игра «Ладони»



Игра «А-а-ах!»



Упражнения перед релаксацией



«Паутинка»

Игры с водой и рисование



Использование приемов релаксации в период адаптации

Обучение релаксации начинается с формирования у детей умения осознавать и ощущать напряжение и расслабление собственных мышц.

Для детей младшего возраста (2-3 года) эффективным приемом релаксации являются **колыбельные песни**, исполненные без музыкального сопровождения.





В 3-4 года можно уже использовать сказки, рассказанные тихим голосом, в которых текст чередуется с релаксационными установками.



В старшем дошкольном возрасте (5-7 лет) проводится образная релаксация с музыкальным сопровождением.



Мята перечная – оказывает успокаивающее и болеутоляющее действие, расслабляет гладкую мускулатуру, оказывает общетонизирующее и антидепрессивное действие

Мелисса лекарственная – оказывает седативное, спазмолитическое и противосудорожное действие

Валериана лекарственная – способствует снижению возбудимости, усилению тормозных процессов, обладает спазмолитическим действием

Перечень трав, обладающих седативными свойствами и смягчающих синдром адаптации

**Спасибо
за внимание!**

