

# ГОТОВИМСЯ К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД



Слово «адаптация» происходит от латинского слова, означающего «приспособление».



Процесс адаптации—это процесс морфологических и функциональных преобразований в организме , в результате которых действующий фактор среды ослабляет или вовсе прекращает свое негативное воздействие не потому , что он устранен , а потому , что организм уже не воспринимает этот фактор как нечто неблагоприятное.



Результатом адаптации является способность организма нормально функционировать в новых для него условиях , сохраняя важнейшие параметры внутренней среды и высокую работоспособность



**На протяжении жизни человеку неоднократно приходится переживать периоды острой адаптации. Первый из них – момент рождения, сразу после которого организм должен приспособиться к огромному числу возникших факторов.**



**АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ  
САДУ – ПРОЦЕСС,  
ПРОХОДЯЩИЙ ЧЕРЕЗ РЯД  
ЭТАПОВ.**



*Rylik.ru*



## Первый этап –

ориентировочный, когда в ответ на комплекс новых воздействий происходит бурная реакция и значительное напряжение практически всех систем организма.

**Эта физиологическая буря длится 2-3 недели**



**Второй этап** – период неустойчивого приспособления, когда организм находит какие-то рациональные варианты реакций на такие воздействия. На этом этапе «цена» адаптации снижается, «буря» начинает затихать. **Обычно этот этап занимает еще 2-3 недели.**

**Третий этап** – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее приемлемые варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем.







## Что с нами происходит ...

ГЛАВНОЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВО , ПРОВОЦИРУЮЩЕЕ СТРЕСС у РЕБЕНКА– ЭТО ОТРЫВ ОТ МАТЕРИ И ОСТАВЛЕНИЕ РЕБЕНКА ОДНОГО С НЕЗНАКОМЫМИ ДЕТЬМИ И ЧУЖИМ , НЕЗНАКОМЫМ ВЗРОСЛЫМ.

С ПРИХОДОМ ЕГО В ДЕТСКИЙ САД НАРУШАЮТСЯ ПРИВЫЧНЫЕ ДЛЯ НЕГО ФОРМЫ ОБЩЕНИЯ, ПОСТРОЕННЫЕ НА УЧАСТИИ, БЕЗУСЛОВНОЙ ЛЮБВИ И ЗАБОТЕ. ДОМА ,РЕБЕНОК –СОЛНЫШКО ,ВОКРУГ КОТОРОГО ВСЕ ВРАЩАЕТСЯ. А В ДЕТСКОМ САДУ ТАКИХ СОЛНЫШЕК ДВАДЦАТЬ И НИКТО ВОКРУГ НИХ НЕ ВРАЩАЕТСЯ. МАМА УХОДИТ НАДОЛГО , ОСТАВЛЯЯ ЕГО В НЕЗНАКОМОМ МЕСТЕ. А ВДРУГ НАВСЕГДА ?

ВОЗНИКАЕТ ОСТРОЕ , ИНТЕНСИВНОЕ ОЩУЩЕНИЕ СТРАХА. В ЭТОМ СОСТОЯНИИ СПЛЕТАЮТСЯ ВОЕДИНО СТРАХ ОДИНОЧЕСТВА , СТРАХ ПОТЕРИ САМОГО БЛИЗКОГО ЧЕЛОВЕКА– МАТЕРИ , СТРАХ ЛИШЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ , ЗАЩИТЫ И ВНИМАНИЯ.



Разлука тяжела не только для детей, но и для родителей, особенно для матери. Многие из них, как и их малыши, испытывают трудности и нуждаются в поддержке. Обычно родителям в этот период свойственны смешанные чувства вины, тревоги, обиды, иногда даже злости и собственного страха.

Матери и сами могут создавать обстановку тревожности, необдуманно выражая свои чувства и болезненно расставаясь с малышом, они недоверчиво относятся к педагогам и их требованиям.

Демонстрируя своим поведением испуг, они тем самым эмоционально усиливают воздействие на ребенка. Надо помнить, что взрослый «обучает» ребенка своим примером в любой конкретной ситуации.



# Осваиваем науку расставания

1. Родители должны сохранять спокойствие , уравновешенность и доброжелательность во взаимоотношениях с малышом, быть позитивно настроенными и к воспитателям , и к детскому саду. И тогда ребенку будут передаваться эти позитивные чувства.

2. Задолго до прихода в детский сад начинайте готовить его к общению с чужими незнакомыми взрослыми и детьми: ходите в гости и на детский праздники в парки и учреждения , чаще бывайте на детских игровых площадках.

3. Развивайте игровую деятельность.



- 4. Научитесь мягко , но коротко расставаться с ребенком. Не затягивайте эту процедуру, но и не отрывайте ребенка резко от себя , попросите воспитателя помочь вам переключить его внимание на что-нибудь интересное.
  
- 5. Дайте в детский сад ребенку его любимую игрушку – она станет оберегом (вы ее об этом попросите), или «мамину» вещь, например, пахнущий мамиными духами платочек, в который можно уткнуться , если ребенок заскучает, небольшой альбомчик с семейными фотографиями и т.п.
  
- 6. Любому ребенку в детском саду придется стать более самостоятельным. Но намного быстрее он привыкнет к такому образу жизни , если вы заранее подготовите его делать все без вашей помощи. Самое главное – не торопиться , приучайте малыша к самостоятельности постепенно.



# Что делать , если страх разлуки все же ВОЗНИК:

1. Разделите чувства ребенка, примите его страх как данность и не уверяйте в том , что «ничего страшного нет»
2. Не вините ,не ругайте и не наказывайте ребенка за страхи.
3. Если страх ребенка и отношения психологической зависимости при расставании с матерью длятся более трех недель, смените того, кто приводит ребенка в детский сад,- это может привести к положительному эффекту. Хорошо, если ребенка провожает более уравновешенный и спокойный взрослый .
4. Проанализируйте свое поведение и собственные чувства в ситуации расставания : дети как барометр эмоционально улавливают наше эмоциональное состояние и откликаются на него.



5. Выясните дома , почему ребенок боится идти в группу , это можно сделать с помощью игры в «детский сад», где та или иная игрушка олицетворяет самого ребенка , а взрослый наблюдает, как игрушка поступает , что она говорит и делает. Спросите , что ей нравится или не нравится в детском саду , какое у нее заветное желание.

6. Если возможно, проконсультируйтесь с психологом детского сада , попросите его выйти в группу и понаблюдать за ребенком и его взаимоотношениями.

7. Объясните ребенку на доступном языке , почему вы оставляете его в детском саду , что полезного и интересного его там ждет.



БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ !

