АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

Подготовила:
воспитатель
Вовченко Е.А.

Наш малыш - «наше сокровище, наше счастье, свет наш в окошке» - уже немного подрос, начал ходить, бегать и говорить.
Пора отдавать его в детский сад!

Любая адаптация идет на двух уровнях:

- Физическом
- Психологическом

На физическом уровне надо привыкнуть:

- К новому режиму, заданному ритму жизни, новым нагрузкам;
- Необходимости самоограничений;
- Невозможности уединения;
- Новой пище, помещению.

На психологическом уровне стоит привыкнуть:

- К отсутствию значимого взрослого;
- Необходимости в одиночку справляться со своими проблемами;
- Большому количеству новых людей;
- Необходимости отстаивать свое личное пространство.

АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ: УСТАЛОСТЬ

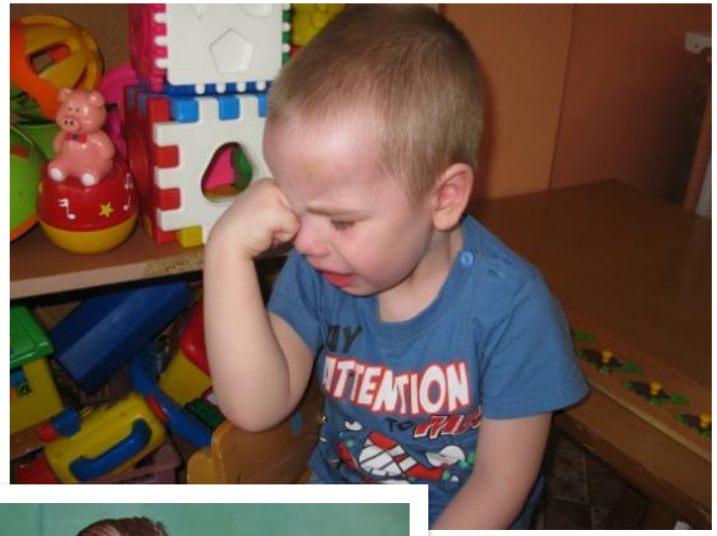
- Оторванность от мамы и присутствие вокруг большого количества чужих людей.
- Отличие правил жизни дома и в саду.

АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ: РЕЖИМ

РЕЖИМ ДНЯ в тёплый период года:

07.30. - 08.20. - Приём детей на воздухе, утренняя гимнастика
08.20. - 08.50. - Личная гигиена; Подготовка к завтраку; Завтрак
08.50. - 09.10. - Самостоятельная игровая деятельность
09.10. - 12.20. - Подготовка к прогулке; Прогулка; Возвращение с прогулки
10.00. - 10.15. - Второй завтрак
12.20. - 12.50. - Личная гигиена; Подготовка к обеду; Обед
12.50. - 15.20. - Сон
15.20. - 15.30. - Подъем;
15.30. - 15.50. - Личная гигиена; Подготовка к полднику; Полдник
15.50. - 18.00. - Подготовка к прогулке; Вечерняя прогулка; Уход детей домой

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: <u>СПАТЬ ПОРА.</u>



- Плаксивость;
- Ослабленное внимание, память;
- Возбуждённость (вялость);
- Снижение аппетита;
- Снижение иммунитета.

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: <u>ДОБРОЕ УТРО, МАЛЫШ!</u>

- Самостоятельное пробуждение;
- Будите ребёнка на 10-15 минут раньше;
- Удобная одежда для сада;
- Простые застёжки (липучки, резинка).

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: <u>ТЫ УЖЕ БОЛЬШОЙ!</u>

- Самостоятельность;
- Культурно-гигиенические навыки;
- Туалет.

Как бы хорошо ни был малыш подготовлен к детскому садику, на первых порах ему будет трудно. В этот период нужно максимально бережно относиться к малышу!

- Больше отдыхайте;
- Отложите на время все нововведения;
- Создайте вокруг ребёнка спокойную обстановку.

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: <u>НЕ ПУГАЙТЕ САДИКОМ.</u>

1. Если ребёнок возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!»
2. Не формируйте образ детского сада как места, которым наказывают;
3. Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность.

Признаки успешной адаптации к детскому саду:

- Нормальный сон.
- Хороший аппетит.
- Нормальное поведение.
- Нормальное настроение.
- Легко просыпается по утрам.
- Есть желание идти в детский сад.

Признаки дизадаптации к детскому саду:

- Нарушение сна.
- Нарушение аппетита.
- Появление вялости, капризности.
- Появление агрессивности, часто меняется настроение.
- Ребенок стал чаще болеть.

Факторы, мешающие адаптации ребенка к детскому саду:

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность.

И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!