

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.



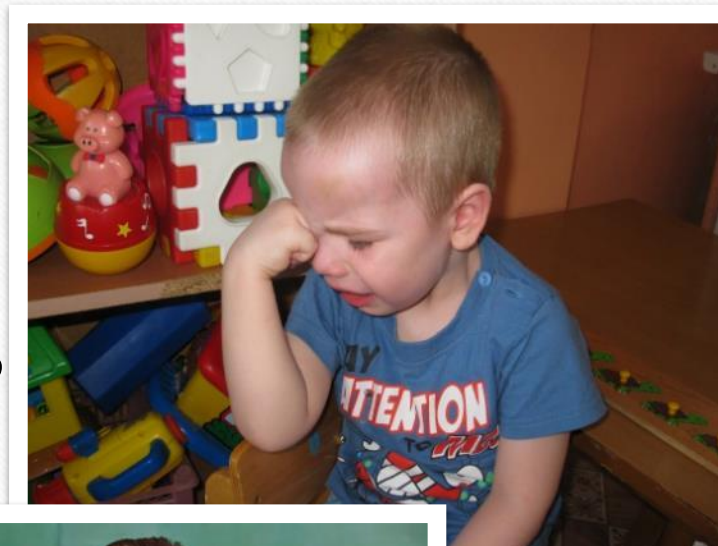
АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ: РЕЖИМ

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

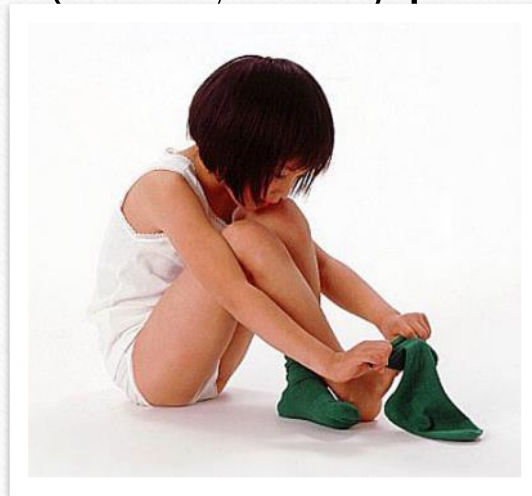
АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: СПАТЬ ПОРА.

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



АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: ДОБРОЕ УТРО, МАЛЫШ!

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



АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: ТЫ УЖЕ БОЛЬШОЙ!

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



Как бы хорошо ни был малыш подготовлен к детскому саду, 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: НЕ ПУГАЙТЕ САДИКОМ.

- 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.**

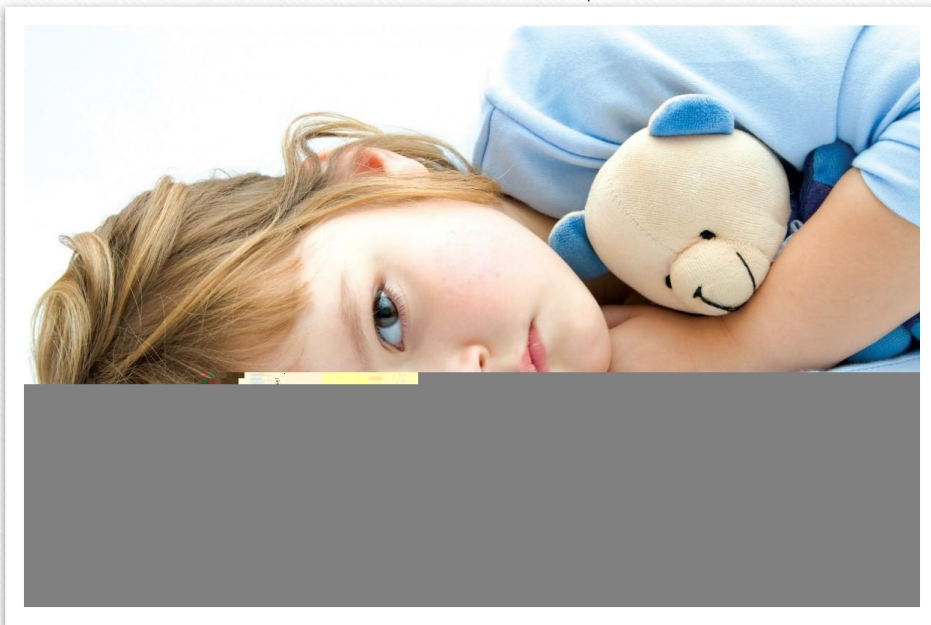
Признаки успешной адаптации к детскому саду:

- 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!