

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 1
«Сибирячок» г. Бердска

«Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада»

Выполнила воспитатель 1 кв.
категории: Минакова С.Ю



Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

Адаптация является активным процессом приводящим к:

- ✓ позитивным результатам (адаптированность)
- ✓ негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- ✓ Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность).
- ✓ Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования).

Уровни адаптации

Физиологический (надо привыкнуть):

- ✓ К новому режиму, ритму жизни, новым нагрузкам, необходимости сидеть, слушать, выполнять режимные моменты.
- ✓ Необходимости самоограничений.
- ✓ Невозможности уединения.
- ✓ К новой пище, новым помещениям, освещенности.

Уровни адаптации

Психологический (предстоит привыкнуть):

- ✓ К отсутствию значимого взрослого (мамы, папы).
- ✓ Необходимости в одиночку справляться со своими проблемами.
- ✓ Большому количеству новых людей и необходимости с ними взаимодействовать.
- ✓ Необходимости отстаивать свое личное пространство.

Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- ✓ самостоятельно есть разнообразную пищу;
- ✓ своевременно сообщать о своих потребностях: проситься в туалет или на горшок;
- ✓ мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- ✓ перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского сада;
- ✓ с персоналом группы необходимо познакомиться заранее.

адаптации в группе раннего возраста

Чтобы привыкание к ДОУ было максимально безболезненным для ребенка, нужно сделать его постепенным:

- ✓ В течении 1-ой недели ребенок посещает детский сад 1,5 – 2 часа;
- ✓ в течении 2-ой недели увеличивается время пребывания ребенка на 1 – 1,5 часа, включая режимные моменты: завтрак, выход на прогулку, прогулка (родители забирают детей во время прогулки);
- ✓ 3 неделя: дети возвращаются с прогулки, обедают, после обеда приходят родители;
- ✓ 4 неделя: постепенное оставание на сон, родители приходят по звонку воспитателя после сон часа.
- ✓ **Сентябрь** забирать ребенка не позднее 17.00 ч. (закрепляем психологическое и физиологическое состояние ребенка для последующего комфортного пребывания в нашем детском саду).

Правила вхождения ребенка в ДОУ

1. Ступенчатая адаптация.
2. Полная адаптация 10 – 12 недель.
3. При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребенка целесообразно сделать отдых среди недели (один день).
4. Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).
5. Не рекомендуется в период адаптации делать прививки, инъекции.
6. Повышенное наблюдение за состоянием ребенка.
7. Единые требования как в детском саду, так и дома.

Советы родителям

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- ✓ Устройство ребенка в детский сад лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);
- ✓ В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
- ✓ В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- ✓ В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы;
- ✓ Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек.
- ✓ Придумайте ритуал прощания и приветствия;
- ✓ Ваше спокойствие и уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.

Признаки успешной адаптации

1. Нормальный сон (засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне).
2. Хороший аппетит.
3. Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.
4. Нормальное настроение, легко просыпается утром.
5. Желание идти в детский сад.

Признаки дезадаптации:

1. Нарушение сна, плохое засыпание, частое просыпание по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати.
2. Появление вялости, капризности.
3. Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе.
4. Появление агрессивности, часто меняется настроение.
5. Ребенок стал чаще болеть.

Факторы, мешающие адаптации малыша к детскому саду

- ✓ Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- ✓ Чрезмерная тревожность родителей;
- ✓ Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- ✓ Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- ✓ Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- ✓ Болезненность малыша;
- ✓ Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

Советы родителям:

1. От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка.
2. По утрам когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу.
3. С позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

**Благодарим Вас
за внимание!**

