

# Я иду в детский сад

## Адаптация ребенка к ДОУ



**КАКОЕ СЧАСТЬЕ!**  
**ВАШ МАЛЫШ ПОДРОС!**  
**И МНОГОЕ УЖЕ УМЕЕТ САМ:**  
**ИГРАЕТ, ХОДИТ, ГОВОРIT И РАЗМЫШЛЯЕТ.**  
**ТРЕВОЖНО МАМЕ, ПАПЕ, ВСЕЙ СЕМЬЕ,**  
**ПЕРЕЖИВАЕТ ДАЖЕ СЕРЫЙ КОТ-**  
**МАЛЫШ СЕГОДНЯ В ДЕТСКИЙ САД ИДЕТ!**  
**ВЗДЫХАЕТ МАМА – КАК ОН ТАМ ОДИН?**  
**НЕ ПЛАЧЕТ ЛИ? КАК КУШАЕТ? ЧТО С НИМ?**  
**НЕ ХОЧЕТ БОЛЬШЕ В САД – НО ПОЧЕМУ?**  
**И ЧТО ВСЕ ЭТО ЗНАЧИТ?**  
**ЧТО ДЕЛАТЬ? КАК ЖЕ ВСЕ ИСПРАВИТЬ?**  
**ВСЕХ АДАПТАЦИЯ ПЕРЕЖИВАТЬ ЗАСТАВИТ!**

**Адаптация** – это приспособление или привыкание организма к новым условиям.

~~Поступление в ясли – это несомненно стресс, к которому детский организм должен адаптироваться~~

Степени адаптации



# ЛЕГКАЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ

---

Поведение ребенка нормализуется в течение двух недель. Он начинает адекватно вести себя в коллективе и не болеет в течение первого месяца посещения ДОУ

# СРЕДНЯЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ

Сдвиги в поведении и эмоциональном состоянии ребенка нормализуется в течении 1,5 месяцев. На протяжении первого месяца посещения ДОО у ребенка, как правило, возникает однократное заболевание, он отсутствует по болезни 7-10 дней, т.е. заболевание не тяжелое

# ТЯЖЕЛАЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИЯ

Период адаптации длится свыше 1,5 месяцев.

Адаптация отражается на показателях развития и состояния здоровья. У некоторых детей наблюдается частые повторные заболевания, как правило, респираторные, в ряде случаев приводящих к осложнениям (отиту, бронхиту, пневмонии)

# ЧЕГО БОИТСЯ МАМА

## *Критерии адаптации:*

---

- **Нарушение сна**
  - **Нарушение питания**
  - **Частые заболевания**
  - **Проявление отрицательных эмоции в общении**
  - **Боязнь пространства**
  - **Снижение веса**
-

## АДАПТАЦИЯ ЗАВИСИТ:

---

- **ОТ ОСОБЕННОСТЕЙ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ВОЗРАСТА РЕБЕНКА**
- **ОТ РЕЗКОГО КОНТАКТА МЕЖДУ ОБСТАНОВКОЙ, В КОТОРОЙ РЕБЕНОК ПРИВЫК НАХОДИТЬСЯ ДОМА И ТОЙ, В КОТОРОЙ НАХОДИТСЯ В ДЕТСКОМ САДУ**
- **ОТ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ**



# **КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ЛЕГЧЕ ПЕРЕЖИТЬ ПРОЦЕСС ПЕРЕХОДА ИЗ ДОМА В ДЕТСКИЙ САД?**

## **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**

# Перестаньте волноваться

---

Все будет хорошо. Не проецируйте свою тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений. Не стоит ударяться и в другую крайность. Лучше всего занять позицию осознанной

---

## ***▣ Обратите внимание на режим дня ребенка***

- ▣ За лето он должен быть перестроен таким образом, чтобы малыш легко просыпался за час-полтора до того времени, когда вы планируете выходить из дома в детский сад. Если ваш ребенок уже не спит днем, приучите его просто лежать в постели одного. Научите каким-нибудь играм: вспоминанию выученных им стихов, песен, сочинению сказок, счету, рассматриванию окружающих предметов с запоминанием мелких деталей. Очень полезны так называемые пальчиковые игры. Хорошо, если вам удастся смоделировать ситуацию коллективного тихого часа**

---

# **ПОСТАРАЙТЕСЬ ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА ХОДИТЬ В ТУАЛЕТ ПО-БОЛЬШОМУ В ОДНО И ТО ЖЕ ВРЕМЯ**

ПО-МАЛЕНЬКОМУ МАЛЫША НУЖНО НАУЧИТЬ ХОДИТЬ В ТУАЛЕТ НЕ ТОГДА, КОГДА УЖЕ "ОЧЕНЬ ХОЧЕТСЯ", А ЗАРАНЕЕ: ПЕРЕД ВЫХОДОМ В ДЕТСКИЙ САД, ПЕРЕД ПРОГУЛКОЙ, ПЕРЕД СНОМ

# **МАКСИМАЛЬНО ПРИБЛИЗЬТЕ МЕНЮ ВАШЕГО РЕБЕНКА К ДЕТСАДОВСКОМУ,**

УСТРАНИТЕ "КУСОЧНИЧЕСТВО" МЕЖДУ  
ЕДОЙ.

О ДЕТЯХ С ПРОБЛЕМНЫМ АППЕТИТОМ  
НЕОБХОДИМО РАЗГОВАРИВАТЬ С  
ВОСПИТАТЕЛЕМ И ПРОСИТЬ ЕГО БЫТЬ  
МЯГКИМ И ТЕРПЕЛИВЫМ В ЭТОМ  
ВОПРОСЕ. ПРОБЛЕМЫ С ЕДОЙ ОЧЕНЬ  
ЧАСТО БЫВАЮТ ПРИЧИНОЙ, ИЗ-ЗА  
КОТОРОЙ ДЕТИ НЕ ХОТЯТ ИДТИ В  
ДЕТСКИЙ САД

# **ЗАКАЛИВАТЬ НУЖНО ВСЕХ ДЕТЕЙ, А ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ ИДУТ В ДЕТСКИЙ САД – ОСОБЕННО**

ХОЖДЕНИЕ БОСИКОМ В ПОМЕЩЕНИИ И ПО ЗЕМЛЕ ЛЕТОМ В ЛЮБУЮ ПОГОДУ - САМЫЙ ПРОСТОЙ И ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ. ЭТО УКРЕПЛЯЕТ НЕ ТОЛЬКО ИММУННУЮ, НО И НЕРВНУЮ СИСТЕМУ. ОЧЕНЬ ПОЛЕЗНЫ ЛЮБЫЕ ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ (ДУШ, ВАННА, ОЗЕРО, МОРЕ), ПРИ ЭТОМ ПОСТАРАЙТЕСЬ НЕ ОГРАНИЧИВАТЬ ПРЕБЫВАНИЕ РЕБЕНКА В ВОДЕ И НЕ ОЧЕНЬ КОНТРОЛИРУЙТЕ ЕЕ ТЕМПЕРАТУРУ. ПОСТЕПЕННО ПРИУЧАЙТЕ РЕБЕНКА К ХОЛОДНОМУ ПИТЬЮ (КЕФИР, МОЛОКО, СОК ИЗ ХОЛОДИЛЬНИКА). МОРОЖЕНОЕ - ЭТО НЕ ТОЛЬКО ВКУСНО, НО И ПОЛЕЗНО С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ КОНТРАСТА ТЕМПЕРАТУР

**ПРИУЧИТЕ РЕБЕНКА ВЫНОСИТЬ ВО ДВОР, А  
В ДАЛЬНЕЙШЕМ ПРИНОСИТЬ В ДЕТСКИЙ  
САД ТОЛЬКО ТЕ ИГРУШКИ, КОТОРЫМИ ОН  
ГОТОВ ПОДЕЛИТЬСЯ С ДРУЗЬЯМИ**

В ПРОТИВНОМ СЛУЧАЕ МАЛЫШ ПРОСЛЫВЕТ  
ЖАДИНОЙ ИЛИ ВСЕ ВРЕМЯ БУДЕТ  
НАХОДИТЬСЯ В ТРЕВОГЕ ЗА СВОЮ  
ЛЮБИМУЮ ИГРУШКУ, С КОТОРОЙ МОЖЕТ  
ЧТО-НИБУДЬ СЛУЧИТЬСЯ

**РАЗРАБОТАЙТЕ ВМЕСТЕ  
С РЕБЕНКОМ  
НЕСЛОЖНУЮ СИСТЕМУ  
ПРОЩАЛЬНЫХ ЗНАКОВ  
ВНИМАНИЯ, И ЕМУ БУДЕТ  
ПРОЩЕ ОТПУСКАТЬ ВАС**



ПОМНИТЕ, ЧТО НА ПРИВЫКАНИЕ  
РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ МОЖЕТ  
ПОТРЕБОВАТЬСЯ ДО ПОЛУГОДА.  
РАССЧИТЫВАЙТЕ СВОИ СИЛЫ,  
ВОЗМОЖНОСТИ И ПЛАНЫ. ЛУЧШЕ, ЕСЛИ  
НА ЭТОТ ПЕРИОД У СЕМЬИ БУДЕТ  
ВОЗМОЖНОСТЬ ПОДСТРОИТЬСЯ К  
ОСОБЕННОСТЯМ АДАПТАЦИИ СВОЕГО  
МАЛЫША

---

**А может ли малыш улыбаться в период адаптации? Оказывается, может. Для этого нужны лишь слаженные действия заинтересованных в этом процессе взрослых – родителей и всех сотрудников образовательного учреждения**

Выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействия на него дома и в детском саду – важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни

***ОБЩАЯ ЗАДАЧА***  
***ПЕДАГОГОВ И***  
***РОДИТЕЛЕЙ*** – ПОМОЧЬ  
РЕБЕНКУ ПО  
ВОЗМОЖНОСТИ  
БЕЗБОЛЕЗНЕННО  
ВОЙТИ В ЖИЗНЬ  
ДЕТСКОГО САДА

ДОВЕРЧИВЫ ГЛАЗА ДЕТЕЙ  
И АНГЕЛЫ ХРАНЯТ ИХ ДУШИ,  
ПУСТЬ БЕЗМЯТЕЖНЫЙ ТОТ ПОКОЙ  
НИЧТО ВО ВЕКИ НЕ НАРУШИТ  
И ПУСТЬ НЕ КАТИТСЯ СЛЕЗА  
НИ ОТ ОБИД, НИ ОТ ПЕЧАЛИ  
И СЛОВНО СОЛНЫШКО, ВСЕГДА  
УЛЫБКА НА ЛИЦЕ СИЯЕТ

**ПОМНИТЕ!**

Ребенок – самая  
большая  
ценность в вашей  
жизни.

Стремитесь понять и  
узнать его, относитесь

**РОДИТЕЛЬСКОЙ ВАМ  
МУДРОСТИ  
И**  
к нему с уважением.  
**БЛАГОПОЛУЧИЯ!**

