

Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
«Детский сад «Чебурашка» п. Алябьевский

# Я иду в детский сад

## Адаптация ребенка к ДОУ



**Какое счастье!**

**Ваш малыш подрос!**

**И многое уже умеет сам:**

**играет, ходит, говорит 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.**

**Степени адаптации**



## Кому адаптироваться легче?

- Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее. За несколько месяцев до этого события (это заключается в том, родители читали сказочные истории про детский сад, гуляли возле сада...)
- Детям, физически здоровым, т е не имеющих хронических заболеваний (в этот период все силы ребёнка напряжены, и можно направить на привыкания к саду, не тратя время на борьбу с болезнью)
- Детям, имеющим навыки самостоятельности (не надо тратить силы ребёнка ещё и на обучения всему необходимому)
- Детям, чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание)
- Детям, чей рацион питания приближен к саду.





# ЛЕГКАЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ

**Здоровье.** Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

**Аппетит** в первые дни может быть снижен. Затем нормализуется.

**Сон** к 20 дню пребывания в детском учреждении нормализуется.

**Настроение.** Бодрое, заинтересованное, может сочетаться с утренним плачем. Преобладает спокойное эмоциональное состояние, однако оно нестабильно.

**Поведение.** Не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт.



# СРЕДНЯЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ

**Здоровье.** Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений.

**Аппетит.** Снижается. В первые дни возникают отказы от еды. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней.

**Сон.** Ребенок плохо засыпает. Сон короткий. Вскрикивает во сне. Просыпается со слезами. Сон восстанавливается через 20-40 дней.

**Настроение.** Наблюдается подавленность, напряженность. Быстрый переход к отрицательным эмоциям, частый плач, заторможенность. Обычно к 20 дню состояние нормализуется.

**Поведение.** Отсутствие активности. В дальнейшем активность избирательна. Ребенок не пользуется приобретенными навыками .



# ТЯЖЕЛАЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИЯ

**Здоровье.** Часто болеют, более трех раз за период. Проявляются признаки невротических реакций. Возможны нарушения стула, мочеиспускания, невротическая рвота.

**Аппетит.** Снижается. Стойкий отказ от еды. С трудом привыкает к новой пище. Может отказываться от самостоятельного приема пищи. Аппетит восстанавливается к 60 дню.

**Сон** Ребенок плохо засыпает. Сон короткий. Вскрикивает во сне. Просыпается со слезами. Сон восстанавливается примерно к 60 дню.

**Настроение.** Тихий плач, хныканье, страх. Много и длительно плачет.

**Поведение.** Пассивное поведение. Активность отсутствует. Частое отрицание любой деятельности.

# Чего боится мама

- Расставания по утрам, истерик;
- Плохой аппетит у малыша;
- Частые болезни;
- Недостаточная сформированность навыков самообслуживания;
- Наличие капризов, упрямства, агрессии;
- Трудности укладывания спать в саду;
- Плохая речь у ребенка;
- Наличие у ребенка вредных привычек;
- Нежелание ребенка идти на контакт с воспитателем;
- Возможное недостаточное внимание со стороны воспитателя.





# Рекомендации родителям



# СПОКОЙНОЕ УТРО

- **ДАЙТЕ МАЛЫШУ С СОБОЙ ВАШУ СЕМЕЙНУЮ ФОТОГРАФИЮ;**
- **МОЖНО ДАТЬ ЗАДАНИЕ: БУДЕШЬ В САДУ – ПРИГОТОВЬ МНЕ ПОДАРОК (НАРИСУЙ, СЛЕПИ, ПРИКЛЕЙ);**
- **СКАЖИТЕ, ЧТО У ВАС ТОЖЕ ЕСТЬ ЗАДАНИЕ И ВЫ ОТПРАВЛЯЕТЕСЬ ЕГО ВЫПОЛНЯТЬ;**
- **НЕ ОБЕЩАЙТЕ ПОДАРКОВ И СЛАДОСТЕЙ ЗА ТО, ЧТО ОН ОСТАЕТСЯ В ДЕТСКОМ САДУ.**





- Узнайте все моменты в режиме дня и введите их в домашний распорядок дня;
- Не оставляйте ребенка в первые недели в детском саду на целый день;
- Обучайте ребенка навыкам самообслуживания;
- Подготовьте гардероб ребенка;
- Предупредите об особенностях вашего ребенка.



## **никогда не говорите ребенку:**

- **ЧТО ОТДАДИТЕ ЕГО В ДЕТСКИЙ САД;**
- **ЧТО, ЕСЛИ ОН БУДЕТ ПЛОХО СЕБЯ ВЕСТИ, ОТВЕДЕТЕ ЕГО В ДЕТСКИЙ САД;**
- **ЧТО НЕ ЗАБЕРЕТЕ ЕГО ДОМОЙ И ОН БУДЕТ СИДЕТЬ ТАМ НОЧЬЮ;**
- **О ПРОБЛЕМАХ ДЕТСКОГО САДА.**





# Как снять напряжение у ребёнка после детского сада

По выходным играйте с детьми в напольную игру «Дорога от дома к детскому саду, «Наш дом», «Мамина работа», «Папина работа», «Магазин», «Детский сад». После посещения детского сада наберите в ванну тёплой воды или включите душ, положите ребёнку игрушки дайте губку. Ничего так не успокаивает. Как звук струящийся воды.

Исключите просмотр вечерних телепередач — это тяжело мерцание экрана.

Неблагоприятно влияет на нервную систему ребёнка.

Прогуляйтесь с ребёнком по территории детского, поинтересуйтесь его переживаниями.



**Помните!**

**Ребенок – самая большая  
ценность в вашей жизни.  
Стремитесь понять и  
узнать его, относитесь к  
нему с уважением.**

**РОДИТЕЛЬСКОЙ ВАМ  
МУДРОСТИ И БЛАГОПОЛУЧИЯ!**

