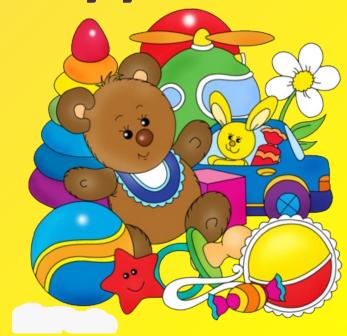
Адаптация детей к условиям детского сада

Подготовила:

Пикалова Светлана Геннадьевна педагог – психолог МДОАУ №10 «Казачок»



Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям, который происходит на разных уровнях: физиологическом, психологическом





Адаптация является активным процессом приводящим к:

Позитивным результатам (адаптированность)

Критерии успешной адаптации:

- 1. Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- 2. Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)
- Негативным результатам (стрес)

Адаптация

Физиологический (надо привыкнуть)

К новому режиму, ритму жизни, новым нагрузкам (необходимости сидеть, слушать, выполнять инструкции)

Невозможности уединения

Необходимости самоограничений

Новой пищи, новым помещениям, освещенности, запахам

Адаптация

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

Факторы, от которых зависит течение адаптации

- Возраст ребенка
- Состояние здоровья
- Уровень развития
- Умение общаться со сверстниками
- Сформированность предметной и игровой деятельности
- Приближенность домашнего режима к режиму ДОУ

 Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

Примерный режим дня

Прием детей до 8.30

Завтрак 8.30-9.00

Игры, занятия, прогулка 9.00-11.10

Подготовка к обеду, обед 11.10-11.40

Подготовка ко сну, сон 11.40-15.00

Подъем, оздоровление, гигиенические

процедуры, полдник 15.00-16.00

Активное бодрствование 16.00-17.00

Прогулка 17.00-17.30

Игры, уход домой 17.30-18.00



Три фазы адаптационного процесса

T

III.



Степени тяжести адаптации

- •Легкое степень: 10 -15 дней (до месяца) сдвиги нормализуются в это время
- •Средняя степень: примерно 1 месяц, может быть заболевание 5 -7 дней, есть признаки психического стресса
- •Тяжелая степень: 3 месяца часто болеет, регрессия в развитии, может быть как физическое, так и психическое истощение организма (вялость, эмоциональные качели)
- •Очень тяжелая степень: около полугодия и более. Встает вопрос стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно он «несадовый» ребенок

Факторы, мешающие адаптации малыша

- Слишком сильная привязанность 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

Портрет ребенка, поступившего в детский сад

- 1. Эмоции ребенка: в первые дни пребывания в саду практически у каждого ребёнка сильно выражены отрицательные эмоции
- **2. Контакты со сверстниками и воспитателем:** в первые дни у ребенка снижается социальная активность.
- **3. Познавательная активность:** первое время познавательная активность бывает снижена или даже вовсе отсутствовать на фоне стрессовых реакций.
- **4. Навыки:** под влиянием новых внешних воздействий в первые дни адаптации к детскому саду ребёнок может на короткое время "растерять" навыки самообслуживания

Портрет ребенка, поступившего в детский сад

- 5. Особенности речи: у некоторых детей словарный запас скудеет или появляются "облегченные" слова и предложения.
- **6.** Двигательная активность: некоторые дети становятся "заторможенными", а некоторые неуправляемо активными.
- **7. Сон:** в первые дни ребенок будет засыпать плохо. Иногда дети вскакивают, или, уснув, вскоре просыпаться с плачем.
- **8. Аппетит:** в первое время у ребенка бывает пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей и со стрессовыми реакциями.
- **9. Здоровье:** Стресс приводит к тому, что ребёнок слабеет, снижается сопротивляемость организма инфекциям и он может заболеть в первый месяц (а то и раньше) посещения садика.

Рекомендации родителям

- •Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда.
- •Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- •Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.

Рекомендации родителям

- •Придумайте ритуал прощания или приветствия
- •Пусть малыш сам выберет себе в компаньоны любимую игрушку, с которой он сможет ходить в детский сад ведь вместе намного веселее!
- •Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых.

Рекомендации родителям

- •Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- •Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
- •В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- •Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- •Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

Первые признаки того, что ребёнок адаптировался:

- хороший аппетит;
- спокойный сон;
- охотное общение с другими детьми;
- адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- нормальное эмоциональное состояние























Помните всегда:

- •От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка.
- •Никогда не говорите фразы типа: «Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут».
- •По утрам когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день.

Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка!

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его и целуйте. Удачи! Пусть ваш ребенок почувствует себя в детском саду членом дружного коллектива и получит новый толчок для развития.



Запаситесь терпением, и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша!



Спасибо за внимание!!!



