

«АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА»



- ✕ Педагог - психолог д/с №10
- ✕ Катерина Л.В.
- ✕ 2023 год.

АДАПТАЦИЯ – ПРОЦЕСС ВХОЖДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА В НОВУЮ ДЛЯ НЕГО СРЕДУ

Адаптация является активным процессом, приводящим к *позитивным результатам* (адаптированность) / или *негативным результатам* (дезадаптация)

Уровни адаптации

- ✗ **Физиологический** - надо привыкнуть к новому режиму, ритму жизни, к новым нагрузкам (необходимо сидеть, слушать, выполнять инструкции взрослого) ; к необходимости самоограничения, невозможности уединения; к новой пище, новым помещениям, освещенности, запахам.
- ✗ **Психологический** – предстоит привыкнуть к отсутствию значимого взрослого (мамы, папы...); к большому количеству новых людей и необходимости с ними взаимодействовать; к необходимости в одиночку справляться со своими проблемами, к необходимости отстаивать свое личное пространство.

ПРИЗНАКИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ МАЛЫША:

- ❖ Нормальный сон (засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне)
- ❖ Хороший аппетит
- ❖ Дома ведет себя как обычно (не цепляется за маму, не бегают, не капризничает и т.д.)
- ❖ Настроение хорошее, легко просыпается утром
- ❖ С желанием идет в детский сад

ПРИЗНАКИ ДЕЗАДАПТАЦИИ МАЛЫША

- ❖ Нарушение сна (плохо засыпает, просыпается по ночам, плачет, много ворочается, чаще чем обычно встает на горшок и начинает писаться в кровати)
- ❖ Нарушение аппетита (отказывается от еды или ест мало, жалуется на боли в животе)
- ❖ Появление вялости, капризности, агрессивности, часто меняется настроение
- ❖ Ребенок стал чаще болеть

ФАКТОРЫ, МЕШАЮЩИЕ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ МАЛЫША

- ❖ 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 др.
- ❖ Болезненность малыша
- ❖ Несоблюдение режима дня дома

НАШИ СОВЕТЫ И ПОЖЕЛАНИЯ

- ❖ Желательно до поступления в д/сад познакомиться с воспитателями, детьми, помещением группы и участком.
- ❖ Как можно раньше сообщите воспитателям и специалистам об индивидуально-личностных особенностях, привычках ребенка, его индивидуальной непереносимости на продукты питания.
- ❖ Заранее введите все продукты (блюда) из перспективного меню д/сада, которые размещены на сайте ДООУ (в учреждении утверждено два гипоаллергенных меню, в т.ч. для детей с непереносимостью белка коровьего молока).
- ❖ В первые недели посещения детского сада, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, поддерживайте дома спокойную обстановку, не перегружайте ребенка новой информацией, не посещайте многолюдные места и не принимайте дома шумные компании.

НАШИ СОВЕТЫ И ПОЖЕЛАНИЯ

- ❖ Ознакомьтесь режимом работы д/сада и режимом дня в группе и постарайтесь к нему приблизить режим дня дома, соблюдайте режим и в выходные дни.
- ❖ По возможности спланируйте отпуск одного из родителей на первый месяц посещения ребенком детского сада.
- ❖ Увеличивайте время пребывания малыша в группе постепенно: 1-2 часа до обеда с постепенным подключением сна, строго следуя рекомендациям воспитателей и специалистов (с 4 по 10 день желательно сделать перерыв в посещении яслей).
- ❖ Приводить ребенка в д/сад желательно тому родителю (родственнику), с которым ребенок легче расстается.
- ❖ Желательно, чтобы малыш приходил в д/сад со своей любимой игрушкой, которая будет олицетворять его связь с домом и облегчит привыкание на новом месте.

НАШИ СОВЕТЫ И ПОЖЕЛАНИЯ

- ❖ Спокойно реагируйте на возможные необоснованные капризы, и проявление упрямства ребенка в период адаптации. Ознакомьтесь режимом работы д/сада и режимом дня в группе и постарайтесь к нему приблизить режим дня дома, соблюдайте режим и в выходные дни.
- ❖ Если вы решили, что ребенку с раннего возраста необходимо посещать дошкольное учреждение, следует выполнить обязательные требования: отучить от груди, бутылочек, сосок, памперсов, научить ребенка держать ложку в руках, научить ребенка сидеть на горшке
- ❖ Помните всегда, что 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 вашего малыша!

***ЖЕЛАЕМ ВАМ
ТЕРПЕНИЯ И УСПЕХА!***

