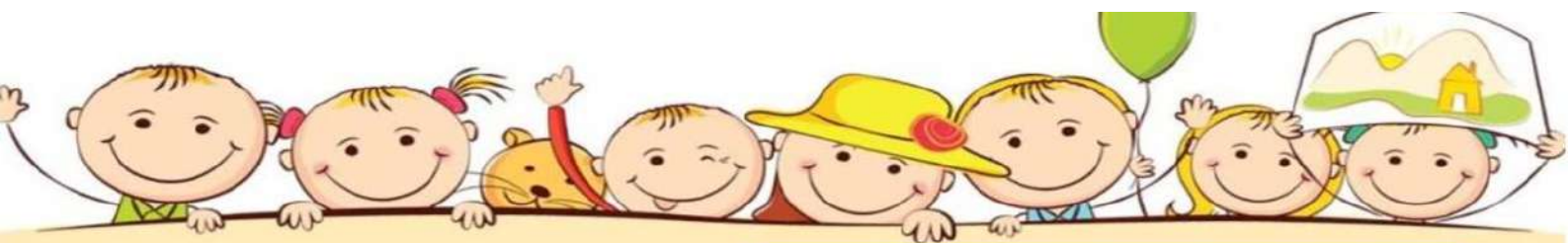


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПОЧИНКОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №8



АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДОУ

Подготовила : педагог-психолог
первой квалификационной категории
Гусева М.Л.

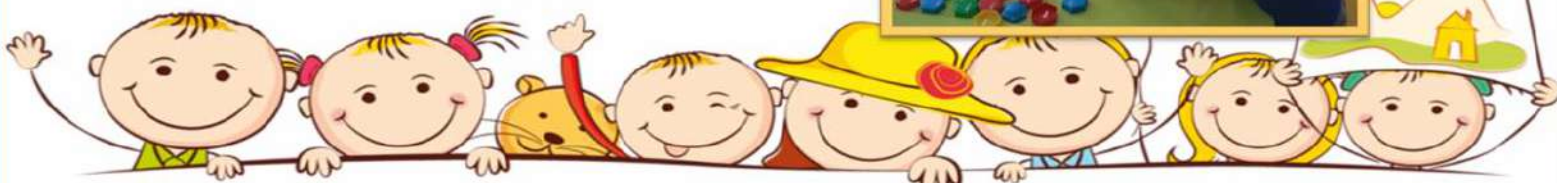


Детский сад — новый период в жизни ребенка.

- ❖ *Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения.*
- ❖ *Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем.*
- ❖ *Большинство из них реагируют на садик плачем.*
- ❖ *Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.*

Что даёт посещение детского сада ребёнку?

- ❖ *Общение со сверстниками*
- ❖ *Возможности для интеллектуального и физического развития*
- ❖ *Приобретение самостоятельности*



Родителям важно знать, что при поступлении в детский сад все дети проходят через адаптационный период!

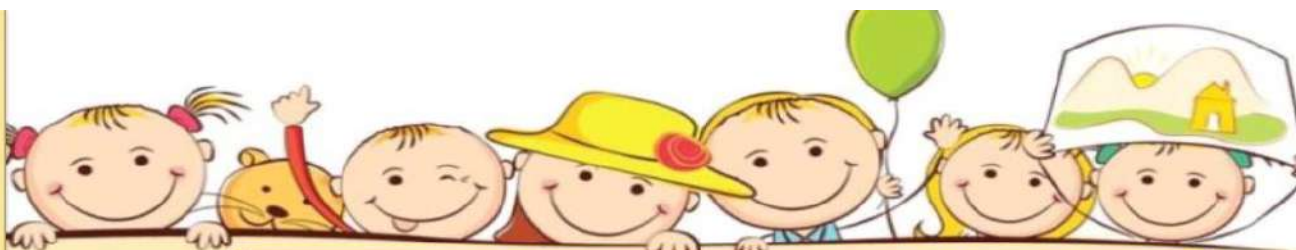
Что такое адаптация?

Адаптация

(от лат. adapto приспособляю), то есть процесс приспособления.

Приспособление к окружающим условиям. Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Такие перемены не проходят бесследно, как у взрослого человека, так и у ребенка.





Выделяют три степени адаптации :

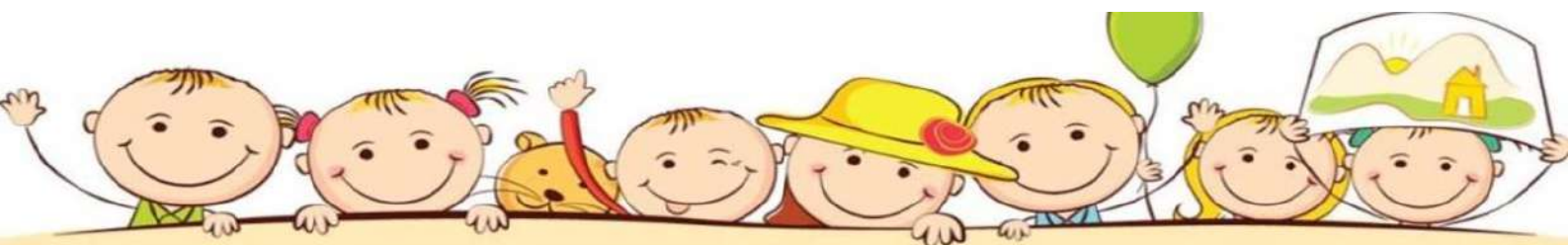
Легкая адаптация - сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного

Адаптация средней тяжести - сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса

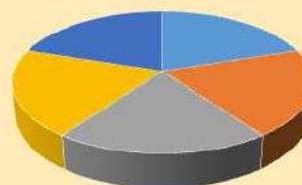
Тяжелая адаптация - длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма



Степень адаптации	Сроки нормализации поведения	Частота и длительность острых заболеваний	Проявление невротических реакций
Легкая	к 20-му дню пребывания	1 раз не более 10 дней, без осложнений. Вес без изменений.	нормализуется сон, нормально ест, идет на контакт со сверстниками и взрослыми, настроение бодрое, отношения с близкими взрослыми не нарушаются.
Средняя	к 40-му дню пребывания	2 раза -не более 10 дней, без осложнений. Вес без изменений или несколько снизился.	Настроение неустойчиво, отношение к близким— эмоционально возбужденное (плач, крик), нервно-психическое развитие насколько замедляется.
Тяжелая	к 60-му дню пребывания	3 раза -более 10 дней. Ребенок не растет и не прибывает в весе в течение 1-2 кварталов.	Ребенок плохо засыпает, сон непродолжительный, плачет во сне, могут возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, нарушение стула.



Что влияет на адаптацию ребёнка?



- Умение общаться со взрослыми и сверстниками
- Приближённость домашнего режима к режиму детского сада
- Состояние здоровья
- Сформированность предметной и игровой деятельности
- Возраст

Субъективные факторы, влияющие на адаптацию ребёнка

- ❖ *Возраст ребенка*
- ❖ *Уровень психического и физического развития*
- ❖ *Состояние здоровья*
- ❖ *Характеристика нервной системы*
- ❖ *Сформированность предметной и игровой деятельности*
- ❖ *Другие биологические и социальные факторы*
- ❖ *Темперамент ребенка*



ФЛЕГМАТИК

Невозмутим, спокоен, эмоционально сдержан, усидчив и дисциплинирован.

Задача взрослого на этапе адаптации: расширять круг общения таких детей, помогать выражать свои эмоциональные переживания, привлекать к выполнению творческих заданий, способствовать пополнению эмоционального опыта.



**Проблемные зоны –
малоконтактен,
эмоционально скуп,
шумных игр не любит.**





Сангвиник

Жизнерадостный, подвижный и легко увлекающийся новой игрой, любознательны и умеют сдерживать свои эмоции. Легко привыкают к незнакомой обстановке, легко идут на контакт со сверстниками и взрослыми, могут быть инициаторами детских забав.

Задача педагогов -обеспечить доступ к различным видам деятельности, помочь сосредоточиться на выбранном занятии и довести дело до конца. При этом все взрослые должны придерживаться единой стратегии воспитания, должны быть едины в требованиях.

Проблемные зоны –не любят однообразия, нуждаются в смене деятельности, легко увлекаются, но интерес носит кратковременный характер, больше интересуется сам процесс, а не результат.



ХОЛЕРИК

Быстрый, очень подвижный с трудом переносит ожидание, у него легко возникают эмоциональные вспышки, настроение неустойчиво: он быстро переходит от радости к гневу.

Задача взрослых на этапе адаптации, учитывая индивидуальные особенности холериков, спокойно приучать их к тем видам деятельности, где требуется терпение: лепка, конструирование и т.п. Занимать их тем, что им особенно интересно.



Проблемные зоны :
нуждается в большем контроле, отсутствует страх в ситуациях риска, т.е. может попасть в опасную ситуацию; не выносит монотонной работы, требующей усидчивости и терпения.





Проблемные зоны – трудно идет на контакт со сверстниками, обидчив и настороженно относится ко всему новому, быстро утомляется, на пике утомляемости становится капризным.



Меланхолик

Чувствителен и легко раним. Любые эмоциональные переживания длятся у него долго. Болезненно реагирует на смену привычного эмоционального окружения: появление в его жизни посторонних взрослых, приход в новый коллектив.

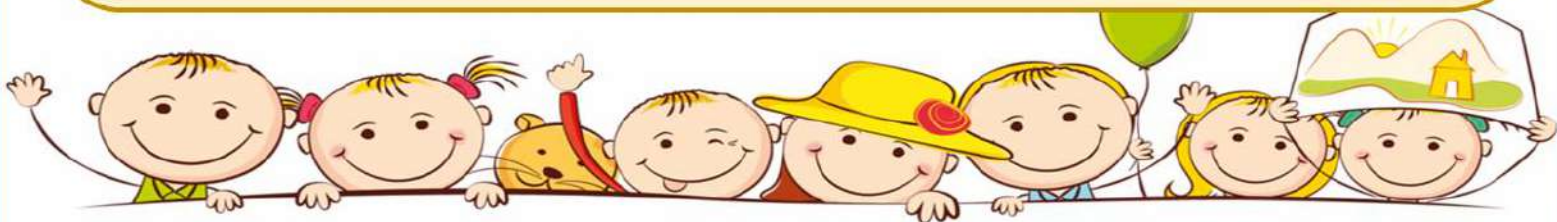
Задача взрослых создать дома и в саду спокойную, доброжелательную психологическую атмосферу. Постоянно хвалить, даже за незначительные успехи. Взрослые должны проигрывать положительные моменты, стараясь отвлечь такого ребенка от тревожных мыслей. Необходимо учить меланхолика делать самостоятельный выбор в привычных жизненных ситуациях: с какой игрушкой играть, с кем гулять, что надевать и есть и т.п.

Описание адаптационных периодов

I-Подготовительный	II-Основной	III-Заключительный
<p><i>Подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада</i></p>	<p><i>Приход в группу детского сада</i></p>	<p><i>Постепенное привыкание</i></p>
<p>Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.</p>	<p>Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребёнка. Хорошо, если собственный шкафчик ребенок выбрал самостоятельно и прикрепил принесенную из дома наклейку или взял ее из предложенного воспитателем набора. В следующий раз малыш пойдет в сад “к своему” шкафчику. То же самое можно сказать и о выборе кроватки. Первую неделю ребенок приходит в детский сад и остается в группе в течение 2-3 часов. За это время он осваивает новые для него помещения, знакомится с другими детьми.</p>	<p>Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Ребенок уже может без слез находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. Воспитательница должна поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придет после того, как он поспит и покушает.</p>

Факторы мешающие успешной адаптации малыша к ДОО

- ❖ 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;
- ❖ Несоблюдение режима дня дома.





Рекомендации родителям по подготовке ребенка к детскому саду

- Занимайтесь со своим ребёнком: т.е. учите его самостоятельно обслуживать себя-одеваться, раздеваться, есть, пользоваться горшком, но никак не памперсами.
- Придерживайтесь дома того же режима дня, что и в детском саду, хотя бы на момент привыкания ребёнка к дошкольному учреждению.
- Настраивайте ребёнка на детский сад только положительно, чтобы не было проблем при расставании с родителями по утрам.
- Общайтесь с ребёнком, не отмахивайтесь от его вопросов. Сами наталкивайте его на разговор с вами. Беседуйте с ним как можно чаще! Проявите заинтересованность в своём ребёнке! И у вашего ребёнка не будет проблем в речевом и умственном развитии.
- Старайтесь, чтобы ваш ребёнок хоть немного ходил пешком, без санок, без маминых и папиных рук! Развивайте ножки ребёнка! Я прекрасно понимаю: вы торопитесь на работу, времени в обрез, **НО всё-таки найдите компромиссное решение этой проблеме.**

*Главное же для ребёнка в период адаптации к детскому саду – это
Ваше терпение и любовь.*

Алгоритм прохождения адаптации Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДОУ было максимально безболезненным для ребенка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально):

1. В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
2. В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты);
3. При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребенка целесообразно воздержаться от посещения д/с на 2-3 дня.
4. В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).
5. Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).
6. Воспрещается в период адаптации делать прививки, инъекции.
7. Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.
8. Единство и постоянство требований со стороны всех взрослых (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).

Полная адаптация – 10-12 недель.



Советы родителям



В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- ❖ Устройство 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.





Советы родителям

- ❖ Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
- ❖ 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.
- ❖ Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной.



Признаки успешной адаптации :

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



A row of cartoon children and a dog peeking over a yellow banner. From left to right: a boy with a green shirt, a girl with a pink bow, a dog, a boy with a yellow hat, a boy with a blue shirt, a girl with blonde hair, and a boy with a white hat holding a sign that says 'Детский сад' (Kindergarten).

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»

1. Старайтесь не нервничать , не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой),а также ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама ,папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка ,забирайте домой во время ,как пообещали.
5. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
6. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
7. Создайте спокойную ,бесконфликтную обстановку в семье.
8. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест ,дирка, театра.
9. Будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом.
10. Уделяйте ребенку больше своего времени ,играйте вместе ,каждый день читайте малышу.
11. Не скупитесь на похвалу.
12. Эмоционально поддерживайте малыша : чаще обнимайте ,поглаживайте, называйте ласковыми именами.