

К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- ✚ Самостоятельно садиться на стул;
- ✚ Самостоятельно пить из чашки;
- ✚ Пользоваться ложкой;
- ✚ Активно участвовать в одевании, умывании

Наглядным примером выступают, прежде всего, сами родители.

Требования к ребёнку должны быть последовательны и доступны.

Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружелюбно-разъяснительный, а не повелительный.

Если ребёнок не желает выполнять просьбы, вызвал у вас отрицательные переживания, расскажите ему об этом, мне не нравится, когда ты плачешь, я огорчена и так далее.

Нужно действовать в соответствии с индивидуальными возможностями ребёнка.

Важно также постоянно поощрять ребёнка, давать положительную оценку за каждую попытку что то правильно сделать.

Планируйте своё время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребёнком детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день.

***В первые дни вам необходимо
находиться рядом с телефоном и
недалеко от территории детского
сада***

Заповеди для родителей

- Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь.
- Помоги ему стать не тобой, а собой.
- Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя?
- Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, что посеешь, то и взойдет.
- Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам. Она ему тяжела не меньше, чем тебе, а может и больше, поскольку у него нет опыта.
- Не унижай, не обзывай!!!
- Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь – но не делаешь. Помни: для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
- Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым.
- Общаясь с ним – радуйся, потому что ребенок это праздник, который пока с тобой.
- Никогда не делай чужому ребенку то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 11 «БЕРЕЗКА»
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД КУЛЕБАКИ

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Адаптация ребёнка в детском саду



*Буклет изготовила старший
воспитатель Будылина И.А.*

2024 – 2025 учебный год

Что такое адаптация?



Адаптация (от лат. «приспосаблию») - сложный процесс приспособления организма к новым условиям, который происходит на разных уровнях: физиологическом,

социальном, психологическом. Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем организма.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребёнка, расстройствами сна, аппетита. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что приведёт к нарушению здоровья, поведения, психики ребёнка.

Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребёнка из семьи в дошкольное учреждение.

Какая адаптация бывает?

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: лёгкую, среднюю и тяжёлую.

При лёгкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течение месяца.

Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через

1-2 недели. Острых заболеваний не возникает. У ребёнка преобладает радостное или устойчиво-спокойное состояние: он активно контактирует со взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро привыкает к новым условиям (незнакомый взрослый, новое помещение, общение с группой сверстников).

Во время адаптации средней тяжести и сон и аппетит

восстанавливаются через 20-40 дней, в течение месяца настроение может быть

нестабильно, новое эмоциональное состояние

раздражитель способствует отрицательным эмоциональным реакциям. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжёлая адаптация приводит к длительным и тяжёлым заболеваниям. У ребёнка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия); активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик); либо отсутствует активность при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, пассивное подчинение, подавленность, напряжённость).



Причины тяжёлой адаптации к условиям ДОУ

- ✚ Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада;
- ✚ Наличие у ребёнка своеобразных привычек;
- ✚ Неумение занять себя игрушкой;
- ✚ Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков;
- ✚ Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми

Как родители могут своему ребёнку в период адаптации к детскому саду

- ✚ По возможности расширяйте круг общения ребёнка, помогайте ему преодолевать страх перед незнакомыми людьми;
- ✚ Учите ребёнка взаимодействовать с игрушками, вовлекайте его в игровой сюжет, развивайте подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки, попрыгаем, как зайчики»;
- ✚ Учите ребёнка обращаться к другому человеку и делиться игрушкой, жалеть плачущего;
- ✚ Не высказывайте сожаления о том, что приходится отдавать в дошкольное учреждение.

Некоторые родители видят, что ребёнок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить его в детский сад.

Это происходит от того, что взрослые не готовы оторвать ребёнка от себя.

- ✚ Приучайте детей к самообслуживанию, поощряйте попытки самостоятельных действий.