

Как родители могут помочь своему малышу в период адаптации к детскому саду

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.
2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
3. Дайте ребёнку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.
6. Устройте небольшой семейный праздник вечером.



Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.

Будьте терпеливы и у Вас вместе все получится!!!



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение – детский сад №2 р.п. Земетчино

Адаптация ребенка

к детскому саду



Составила: Клемина Елена Николаевна

Адаптация (от лат. «приспособляю») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом



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

При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1–2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Во время **адаптации средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивные—разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плач, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Причины тяжелой адаптации к условиям детского сада

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
2. Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно – гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- **самостоятельно садиться на стул;**
- **самостоятельно пить из чашки;**
- **пользоваться ложкой;**
- **активно участвовать в одевании, умывании.**

Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течении первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании.
6. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
7. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

