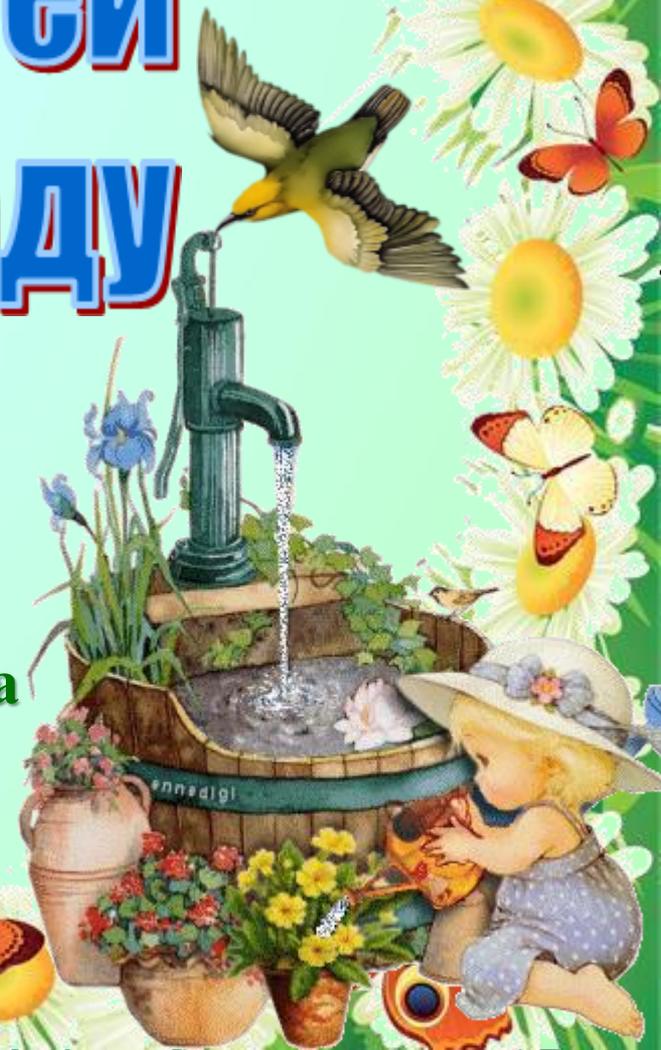


# Адаптация детей к детскому саду

МДОУ «Детский сад № 44»

Старший воспитатель:

Чуркина Татьяна Александровна



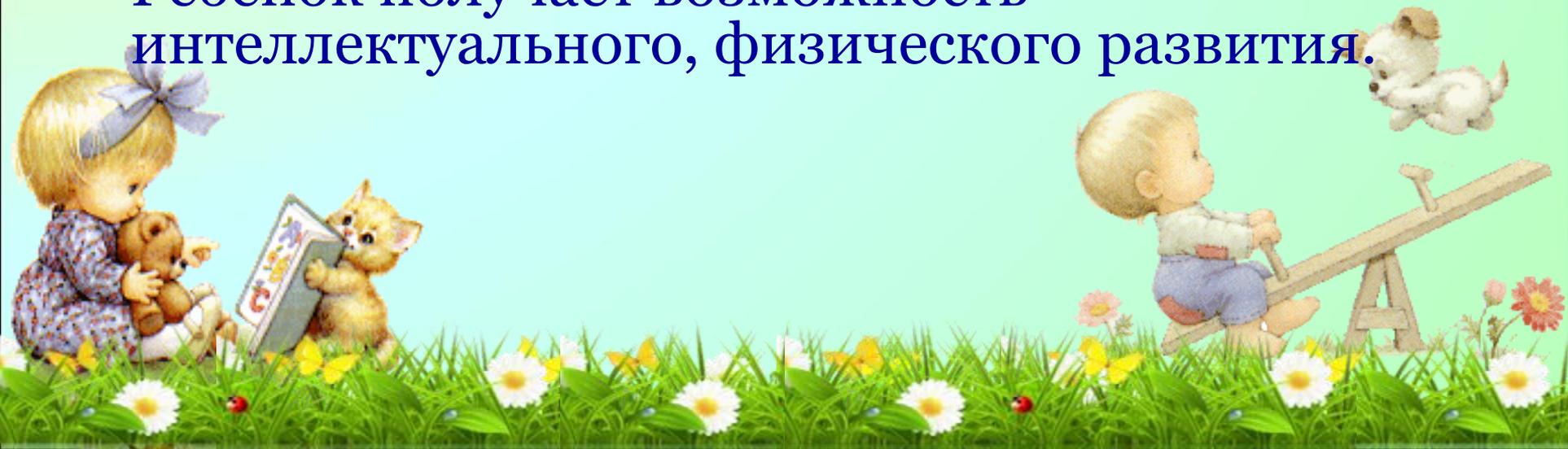
**Чтобы детский сад действительно  
оказался приятным и полезным  
местом для Вашего ребенка,  
нужно:**

**хорошо подумать и понять, для  
чего именно он нужен Вам и  
вашему ребенку**



# Зачем идти ребенку в детский сад?

- В детском саду ребенок имеет возможность общаться со сверстниками.
- Ребенок приобретает навыки общения с взрослыми..
- В детском саду ребенок знакомится с определенными правилами и учится соблюдать их.
- Ребенок получает возможность интеллектуального, физического развития.



# **АДАПТАЦИЯ**

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

**С точки зрения ребенка детский сад — это новое, неизвестное пространство с новым окружением и новыми отношениями.**



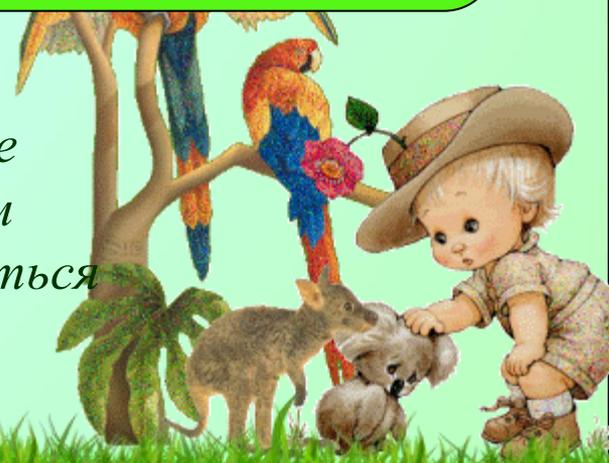
# Адаптация

## Уровни адаптации

Физиологический

Психологический

*физическое и психическое развитие ребенка взаимосвязаны, и организм ребенка иногда помогает ему справиться с тревогами и переживаниями.*



# Адаптация

Физиологический  
(надо привыкнуть)

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

Необходимости  
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым  
помещениям,  
освещенности, запахам

# Адаптация

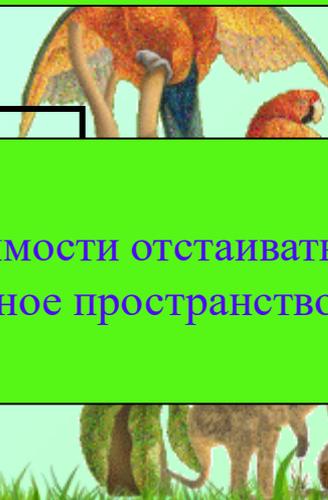
Психологический  
(предстоит привыкнуть)

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



# Мифы об адаптации

- **Миф 1.** Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно. Я боюсь, что у нас будет то же самое.
- **Миф 2.** Дети в детском саду все время болеют, потому что за ними плохо следят?
- **Миф 3.** У ребенка, который начинает ходить в детский сад, портится характер, он становится просто невыносимым.



# **Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации**

**Должны быть сформированы следующие  
культурно-гигиенические навыки:**

**самостоятельно есть разнообразную пищу;**

**своевременно сообщать о своих потребностях:**

**просится на горшок;**

**мыть руки при помощи взрослых, пользоваться**

**полотенцем, носовым платком;**

**Пред поступлением в детский сад домашний режим**

**целесообразно приблизить к режиму детского**

**учреждения;**

**С персоналом группы необходимо познакомиться  
заранее (рассказать о его привычках, особенностях  
поведения).**



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



# Поведение родителей в период адаптации детей к саду

Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам.

Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Старайтесь быть как можно спокойней.

Уходя – уходите!

Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении.



# Что делать, если страх разлуки все же возник

- разделите чувства ребенка, примите его страх
- не вините, не ругайте и не наказывайте ребенка за его страхи.
- проанализируйте свое поведение и собственные чувства в ситуации расставания.
- выясните дома, почему ребенок боится идти в группу, это можно сделать с помощью игры в «детский сад».
- обязательно побеседуйте с воспитателями группы и узнайте, не произошло ли чего-нибудь неприятного для ребенка.
- объясните ребенку на доступном языке, почему вы оставляете его в детском саду, что полезно и интересно его там ждет.



## Советы родителям

Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. После прогулки он может вернуться в группу, пообедать и потом вы его забираете. 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.

Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.



## Советы 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.



## Советы родителям

Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- 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.



# Советы родителям

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 настроением обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

**Не позволяем себе негативных высказываний, связанных с детским садом в присутствии ребенка.**



**В период адаптации эмоционально  
поддерживайте малыша.  
Чаще обнимайте его и целуйте. Удачи!  
Пусть ваш ребенок почувствует себя в  
детском саду членом большой дружной  
семьи!**



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



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

