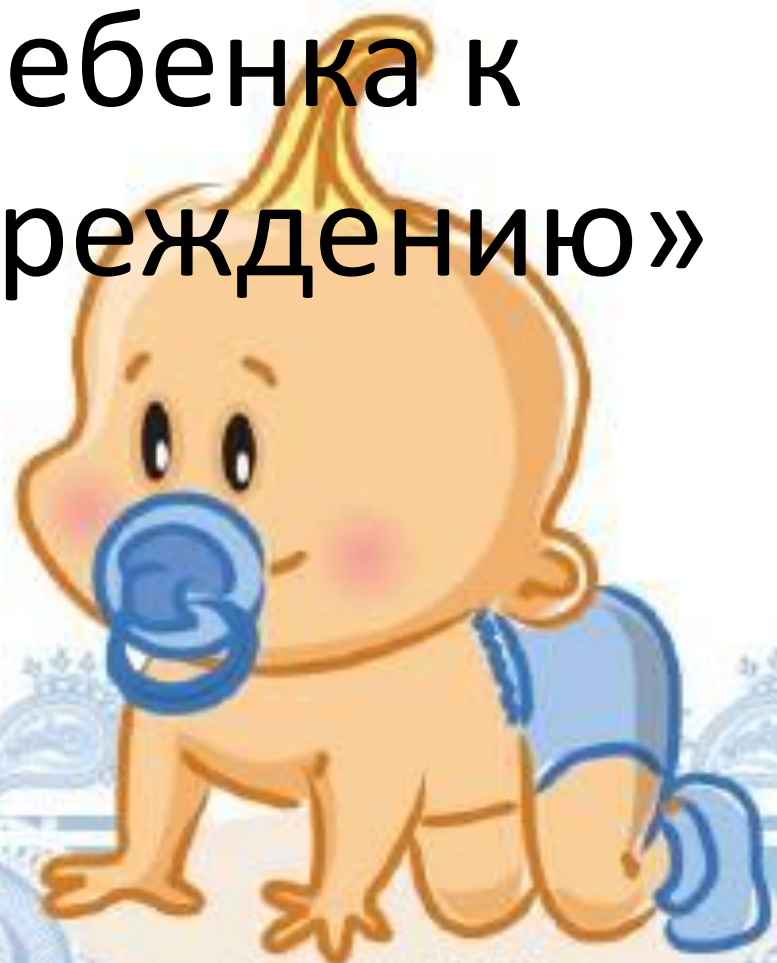


«Адаптация ребенка к дошкольному учреждению»



Адаптация

*Уровни
адаптации*

```
graph TD; A[Уровни адаптации] --> B[Физиологический]; A --> C[Психологический]
```

Физиологический

Психологический

Тема: Адаптация детей младшего возраста к условиям детского сада

Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

Адаптация является активным процессом приводящим к:

- Позитивным результатам (адаптированность)
- Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)



Адаптация

Физиологический
(надо привыкнуть)

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

Необходимости
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым
помещениям.
освещенности, запахам



Адаптация



Адаптация

Физиологическая адаптация зависит от общего физиологического состояния ребенка (здоровья, иммунитета), также от образа жизни, предпочтений в питании.

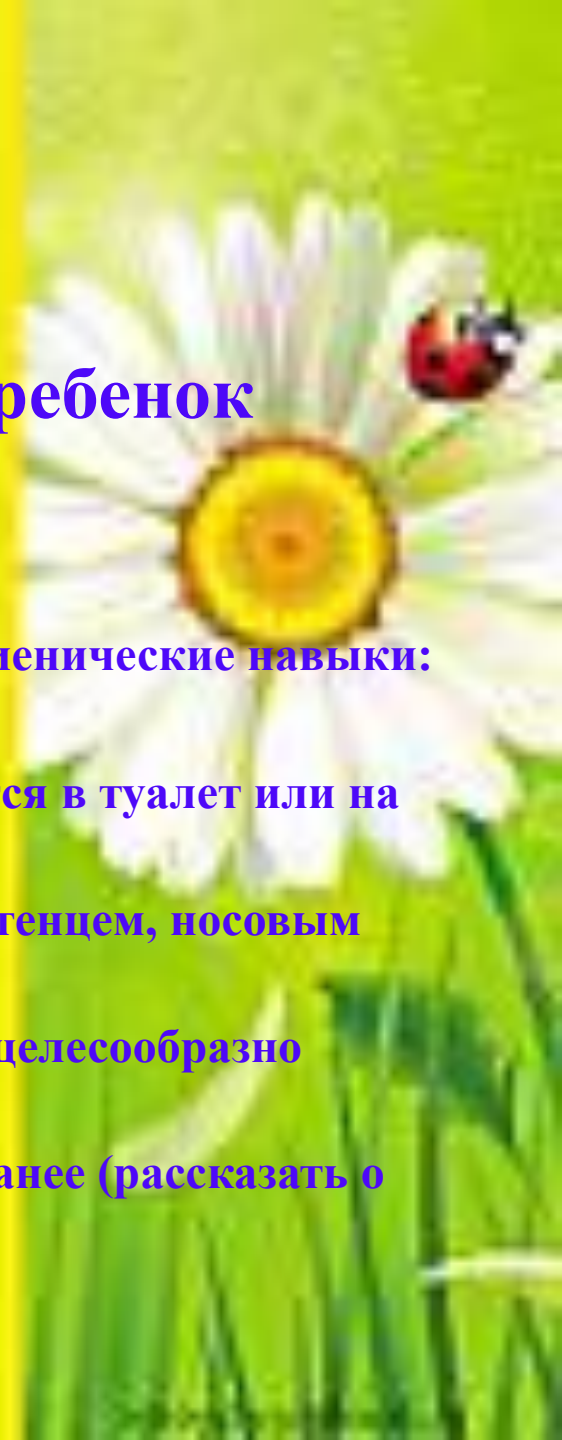


Адаптация

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 в туалет или на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- Перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
- С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).



Алгоритм прохождения адаптации в группе младшего возраста

Ступенчатая адаптация

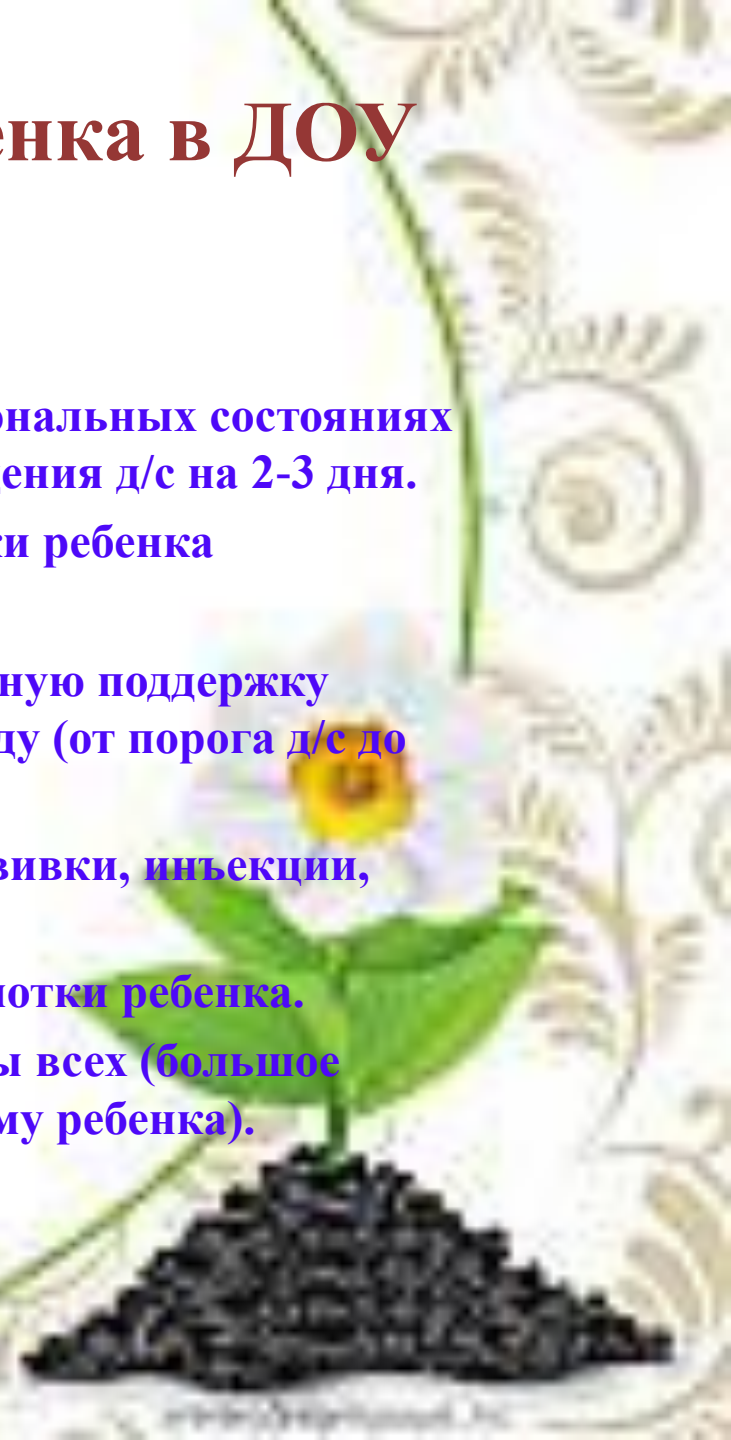
Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка , нужно сделать его постепенным(у каждого ребенка проходит индивидуально):

- В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты-выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки, обед и постепенное оставание на сон);
- Полная адаптация – 10-12 недель.



Правила введения ребенка в ДОУ

1. Ступенчатая адаптация.
2. Полная адаптация – 10-12 недель.
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
5. (включая вредные).
6. Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).
7. Воспрещается в период адаптации делать прививки, инъекции, стричь волосы и ногти ребенку.
8. Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.
9. Единство и постоянство требований со стороны всех (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).

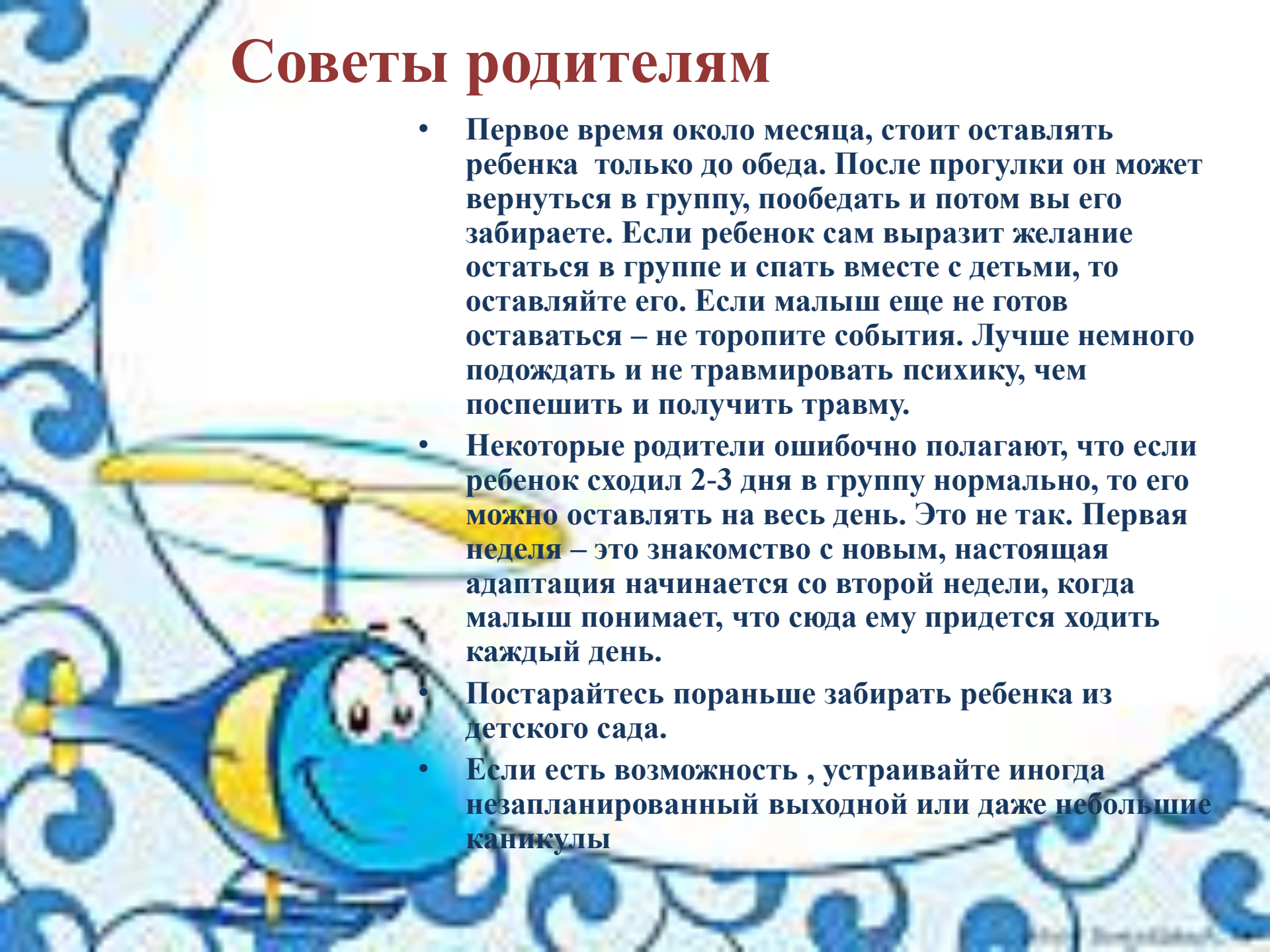


Адаптационный процесс выделяет три фазы:



Советы родителям

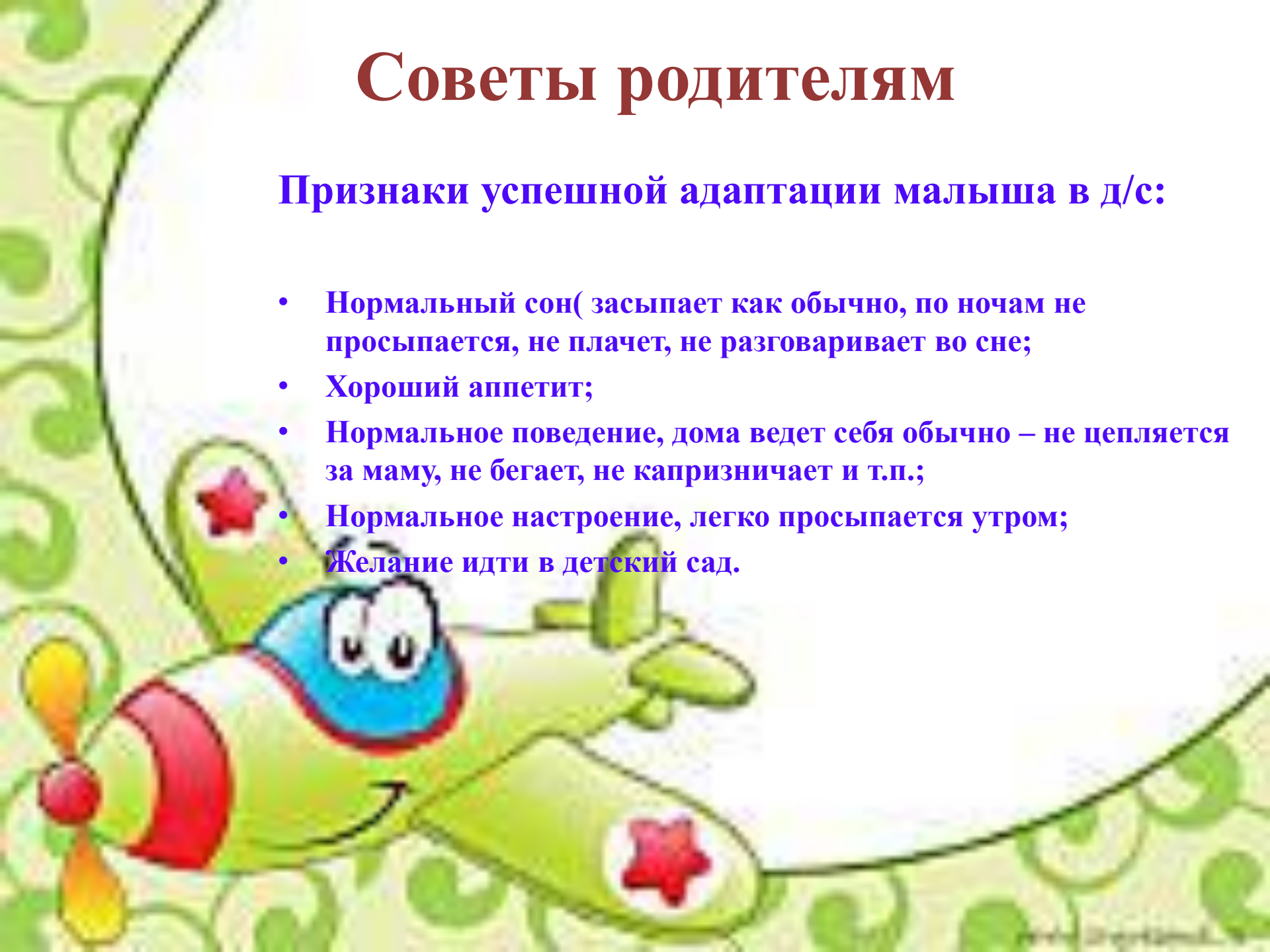
- Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. После прогулки он может вернуться в группу, пообедать и потом вы его забираете. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. 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.
- Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы



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 бежит, не капризничает и т.п.;
- Нормальное настроение, легко просыпается утром;
- Желание идти в детский сад.



Советы родителям

Признаки дезадаптации:

- Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;
- Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;
- Появление вялости, капризности;
- Появление агрессивности, часто меняется настроение;
- Ребенок стал чаще болеть



Советы родителям

Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.



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 дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка

