

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 150 г. Ижевска*

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ

*Хныкина Елена Захаровна
старший воспитатель*

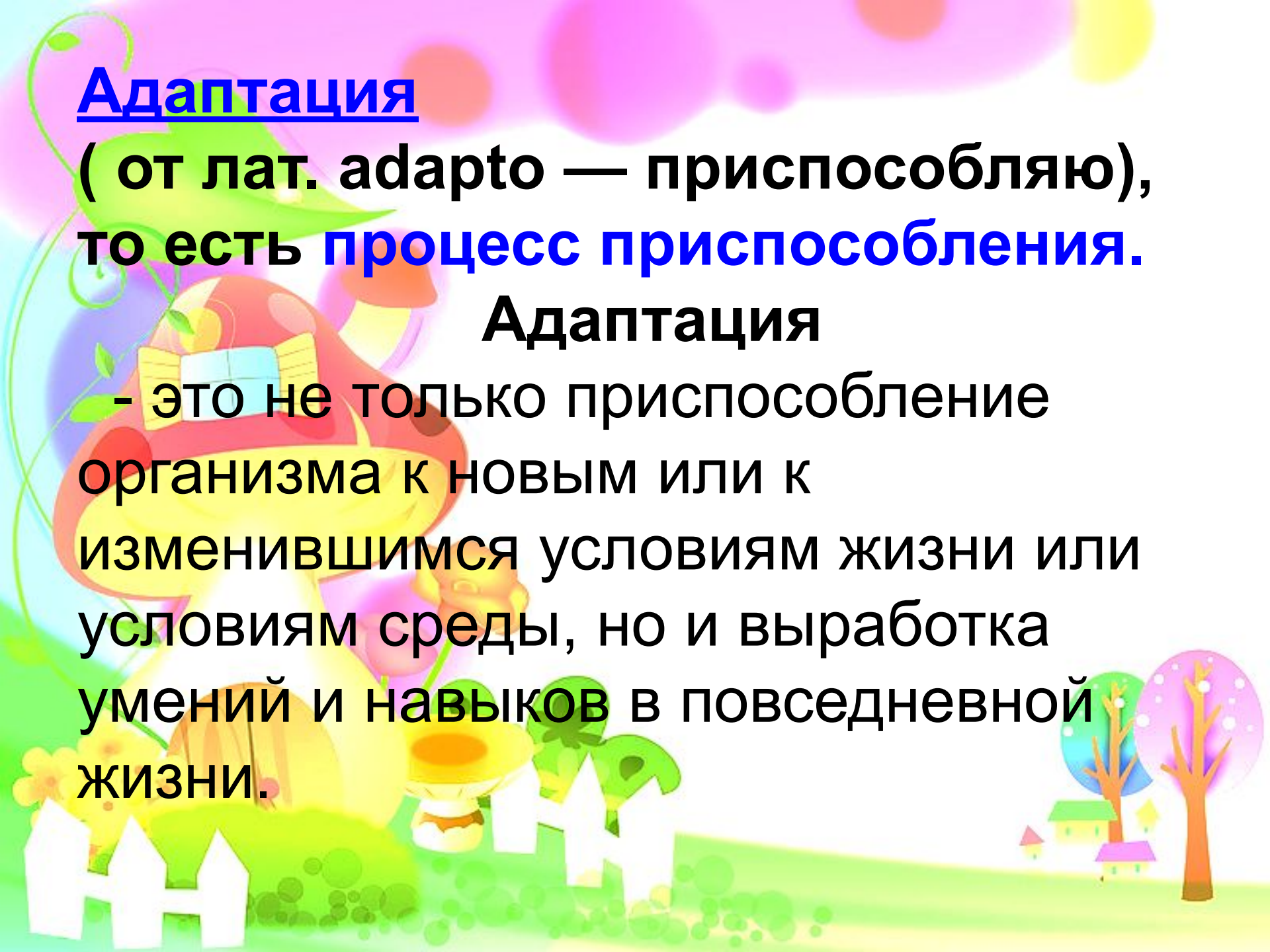


Адаптация

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

Адаптация

- это не только приспособление организма к новым или к изменившимся условиям жизни или условиям среды, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни.



Какие изменения произошли в жизни ребенка:

- строгий режим дня,**
- отсутствие родителей в течение девяти и более часов,**
- новые требования к поведению,**
- постоянный контакт со сверстниками,**
- новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного,**
- другой стиль общения.**



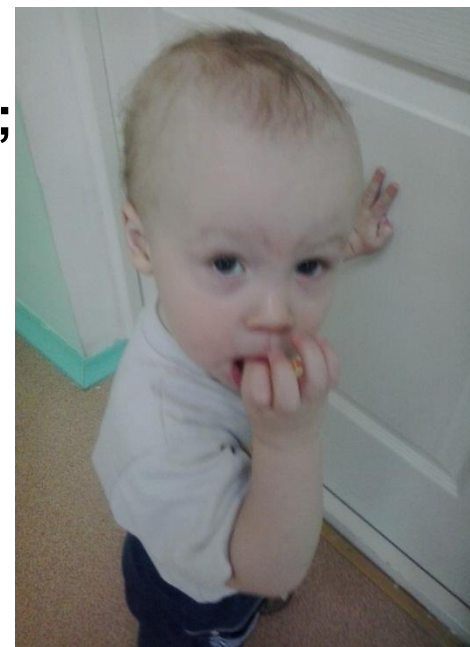
Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него **СТРЕССОВУЮ СИТУАЦИЮ**, что приводит к:

- **нарушениям эмоционального состояния**
- **нарушениям психофизического состояния**



Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

- **Особенности высшей нервной деятельности;**
- **Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;**
- **Чрезмерная тревожность родителей;**
- **Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу, гиперопека;**
- **Воспитание ребенка в духе вседозволенности;**
- **Состояние здоровья (хронические заболевания, неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.);**
- **Неумение общаться с окружающими;**
- **Несформированность культурно - гигиенических навыков;**
- **Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.**



Степени адаптации

Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации поведения, частота и длительность острых заболеваний, проявление невротических реакций.

```
graph TD; A[АДАПТАЦИЯ] --- B[ЛЕГКАЯ]; A --- C[СРЕДНЯЯ]; A --- D[ТЯЖЕЛАЯ]
```

АДАПТАЦИЯ

ЛЕГКАЯ

СРЕДНЯЯ

ТЯЖЕЛАЯ

Легкая. К 20-му дню пребывания в ДООУ нормализуется сон, ребенок нормально ест не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

Средняя. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню. Настроение неустойчиво в течение месяца. Нервно-психическое развитие насколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость не более 2-х раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений или несколько снизился.

Тяжелая. Характеризуется значительной длительностью (от двух до шести месяцев и дольше) и тяжестью всех проявлений. Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДООУ. Нервно-психическое состояние отстает от исходного на 1-2 квартала. • Респираторные заболевания - более трех раз сроком более 10 дней. • Ребенок не растет и не прибывает в весе в течение 1-2 кварталов.

Типичные ситуации, с которыми сталкиваются родители, когда ребенок начинает ходить в детский сад (начало адаптационного периода)

«Не хочу в детский са-а-а-д!
Не пойду-у-у-у!»



Ребенок открыто протестует против садика, чаще всего довольно хорошо адаптируется, если родители не ругают его, не стыдят, а выражают сочувствие, оставаясь уверенными в том, что садик - хороший выбор для их ребенка.

ЧАСТЫЕ БОЛЕЗНИ.

Чаще всего виноват не садик, а сама ситуация перехода ребенка к самостоятельному пребыванию где-то без родителей. Как известно, физическое и психическое развитие ребенка взаимосвязаны, и организм ребенка иногда помогает ему справиться с тревогами и переживаниями. Чаще всего болеют именно те дети, которые не очень сильно капризничают и плачут, не выражая явно, словами и слезами, нежелание идти в садик. Это "послушные" дети, они хотят, чтобы мамы и папы были довольны их самостоятельностью, и стараются их не расстраивать. Но если адаптация для такого ребенка происходит сложно, организм дает эмоциям "передышку": ребенок болеет, остается дома. Многие родители замечают, что спустя несколько месяцев после того, как ребенок пошел в садик, он болеет все реже и становится активнее, разговорчивее, взрослее.

ДОМА - КАПРИЗЫ, В САДИКЕ - УСПЕХИ.

Дело в том, что в садике ребенок часто видит именно то место, где его готовы воспринять таким, каким он себя ПОКАЖЕТ.

Однако важно понимать, что это непослушание ребенка именно с близкими людьми означает, что он старается приспособиться к обществу и тратит на это много сил.



ДОМА - "ХОРОШИЙ", В САДИКЕ - "УЖАСНЫЙ".

Чаще всего доброжелательность окружающих взрослых помогает в скором времени ребенку поверить, что для того чтобы быть достаточно хорошим, вовсе не обязателен постоянный контроль взрослых. Успокоившись по поводу отсутствия постоянного постороннего контроля за собой, ребенок начинает чувствовать себя увереннее и лучше общаться как со взрослыми, так и со своими сверстниками.



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», «Будешь капризничать- не заберу из детского сада».
- ❖ По утрам когда собираетесь в детсад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.



- ❖ От того насколько мама открыта воспитателю, доверяет ему, и готова сотрудничать с ним зависит адаптация ребенка. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.
- ❖ Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении. Будьте терпеливы.
- ❖ 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.



- ❖ Каждый день читайте ребенку. Заботьтесь о том, чтобы у него были новые впечатления.
- ❖ Занимайтесь с ребенком совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- ❖ Не скупитесь на похвалу. Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов.
- ❖ Поощряйте любопытство.
- ❖ 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.



Спасибо за внимание!

