

После долгих раздумий Вы все-таки решили отдавать ребенка в детский сад. Теперь перед Вами стоит вопрос: как помочь ему легче адаптироваться?

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

Выделяют три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую (15-30 дней), среднюю (30-60 дней) и тяжёлую (от 2 до 6 месяцев).

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

Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течение 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 агрессивно - разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.

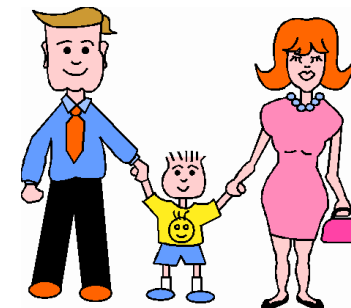
Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

- Возраст ребёнка.
- Состояние здоровья.
- Уровень развития навыков самообслуживания.
- Умение общаться с взрослыми и сверстниками.
- Сформированность предметной и игровой деятельности.
- Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.



Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

- Отсутствие в семье режима.
- Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
- Неумение занять себя игрушкой.
- Несформированность культурно – гигиенических навыков.
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.



Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации к ДОО

1. Постарайтесь не показывать ребёнку свое волнение относительно поступления в детский сад.
2. Придумайте ритуал встречи и прощания, сюрприз, который он найдет в шкафчике, когда придет в детский сад.
3. Дайте ребёнку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
5. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
6. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течение первой недели на весь день в детском саду.
7. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.
8. Устройте небольшой семейный праздник вечером.
9. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
10. Играйте с малышом в детский сад. В игре ребенок покажет Вам, с какими проблемами он сталкивается, а Вы предложите пути их решения.
11. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

Завершением периода адаптации принято считать, когда на смену отрицательным эмоциям приходят положительные и восстанавливаются регрессирующие функции, а именно:

- При утреннем расставании ребенок не плачет и с желанием идет в группу.
- Ребенок взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам.
- Малыш ориентируется в пространстве группы, у него появляются любимые игрушки.
- Ребенок вспоминает забытые навыки самообслуживания; более того, у него появляются новые достижения, которым он научился в саду.
- Восстановилась речь и двигательная активность дома, а затем и в детском саду.
- Нормализуется сон, как в детском саду, так и дома.
- Восстанавливается аппетит.



Демонстрируйте ребёнку любовь и заботу.

Будьте терпеливы и у Вас все получится!



МАДОУ «Детский сад №268»

АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



Адрес сайта:

<http://268.детскийсад-барнаул.рф>

Электронный адрес:

madoy268@mail.ru

Телефон: 538-331