



# ***Первый раз в детский сад***

Воспитатель  
Татарина О.А.



# Что такое адаптация?

Адаптация- от латинского «приспособлять» – в широком смысле приспособление к окружающим условиям



# Фазы процесса

**Острая фаза** – сопровождается разнообразными колебаниями в состоянии ребенка, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, большей, чем обычно капризности, плаксивости; фаза длится около одного месяца

**Подострая фаза** – поведение ребенка характеризуется как нормальное, то есть все сдвиги уменьшаются и наблюдаются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами; фаза длится 3-5 месяцев.

**Фаза компенсации** – характеризуется ускорением темпа развития, и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии.





## При адаптации ребенка к детскому саду встречаются три степени тяжести:

- ❖ 1 степень: поначалу он канючит, пускает слезу. Потерпите, через 2-3 недели он будет бежать в сад.
- ❖ 2 степень: слезы, крики и странное поведение ребенка затягивается на месяц. В этом случае на фоне стресса возможны заболевания.
- ❖ 3 степень: самая тяжелая. Ребенок никак не может привыкнуть к детсадовской атмосфере. И от этого страдает его нервно-психическое развитие. Малыш может забывать новые слова, демонстрировать мнимое неумение есть ложкой, проявлять замкнутость и отчужденность.



# Памятка родителям по сопровождению процесса адаптации ребенка

## \* Как вести себя с ребенком

- Показать ребенку его новый статус (он стал большим);
- Не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;
- Обратить внимание на положительный климат в семье;
- Следует снизить нервно-психическую нагрузку;
- Сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребенка, специфике режимных моментов и т.д.

## \* Как не надо вести себя с ребенком

- Отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- Не обращать внимание на видимые отклонения в поведении ребенка;
- Препятствовать контактам с другими детьми;
- Увеличивать нагрузку на нервную систему;
- Одевать ребенка не по сезону;
- Конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.



## Советы по подготовке ребенка к детскому саду

- ❖ **Познакомьте ребенка с режимом в детском саду.** Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее ребенок воспримет новые правила. Заранее, до поступления в сад, **максимально приблизьте домашний режим к распорядку жизни в детском саду** – тогда одной проблемой меньше будет у ребенка.





## ❖ **Подготовьте ребенка морально.**

Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому что он уже большой. Говорите о том, как здорово, что он уже взрослый. И самое главное- все время объясняйте ребенку, что он для вас как и прежде, дорог и любим.

Рассказывайте ребенку, что и когда именно он будет делать в садике, и чем вы будете заниматься на работе. Объясняйте ему, что мама всегда придет за ним вечером.

Играйте в садик: приводите в «садик», оставляйте его одного, а потом покажите на часы и скажите: «Вот и время пришло, сейчас пойду своего сыночка (дочку) из садика забирать».



❖ Научите ребенка самостоятельно одеваться, принимать пищу и ходить на горшок.

Если ребенок будет уметь одеваться, принимать пищу и ходить на горшок сам, то ему будет намного проще. Проследите, сколько времени ребенок тратит на то, чтобы съесть обед. Обычно в саду на него уходит 30 минут. Все эти навыки смогут уменьшить эмоциональный и физический дискомфорт ребенка, когда он окажется в незнакомом коллективе.





## ❖ Закаливайте ребенка.

Посещайте бассейн, гимнастику, делайте массаж ребенку, почаще гуляйте на свежем воздухе, обливайтесь в ванной прохладной водичкой, не перекутывайте ребенка, чаще проветривайте комнаты, приучайте спать только в трусиках. В адаптационный период все силы ребенка должны быть направлены на освоение нового, а не борьбу с болезнями.



*Спасибо за внимание!*