

***Консультация
для родителей
по адаптации детей
поступающих в
детский сад.***

АДАПТАЦИЯ

Адаптация - это приспособление организма и личности к новой обстановке, а для ребенка дошкольное учреждение, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Поэтому темпы адаптации у разных детей будут различны.



Психофизические реакции ребенка в период адаптации

- Беспокойство
- Страх
- Заторможенность или
повышенная возбудимость
- Капризность
- Раздражительность
- Упрямство

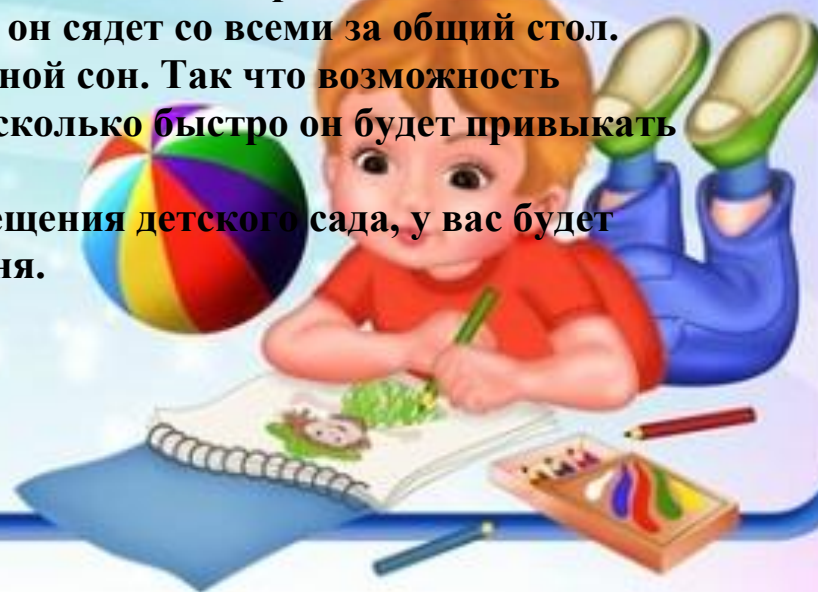


Адаптацию различают по тяжести течения:

Легкая:	Средней тяжести:	Тяжелая:
<ul style="list-style-type: none">• Поведение ребенка нормализуется в течение 10-15 дней. Он начинает адекватно вести себя в коллективе и не болеет в течение первого месяца посещения ДООУ.	<ul style="list-style-type: none">• Сдвиги в поведении и эмоциональном состоянии ребенка нормализуется в течение полутора месяцев. Отмечается похудение, которое восстанавливается в первоначальный вес за это время. На протяжении первого месяца возникает однократное заболевание без осложнений, которое длится 7-10 дней.	<ul style="list-style-type: none">• У некоторых детей могут протекать частые повторные заболевания, как правило респираторные, в ряде случаев приводящие к осложнениям (отиту, бронхиту, пневмонии). Вес неустойчив. Тяжелая адаптация отражается на показателях развития и состоянии здоровья. При этом процесс адаптации может длиться до 6 месяцев.• Вторая форма выражается в длительном неадекватном поведении, граничащим с преневротическим состоянием. При этом поведение детей не нормализуется иногда в течение полугода.

В связи с этим, ученые рекомендуют вводить ребенка в условия новой среды постепенно, так, чтобы он успевал привыкать к новым требованиям окружающей среды и налаживал новые социальные связи в соответствии со своими возрастными и индивидуальными возможностями.

- Прежде чем вводить ребенка в новую среду, постарайтесь обеспечить ему условия для расширения круга общения, как со сверстниками, так и со взрослыми людьми. Выводите его общение за рамки своей семьи. Это необходимо, чтобы ребенок привык к мысли о том, что в мире существуют и другие люди, помимо его родителей и родственников. А значит, у них могут быть другие привычки, требования, особенности.
- Сначала ребенок должен познакомиться с предметной средой нового помещения, в которое его приведут в скором времени. Это должна быть небольшая экскурсия в группу. На 20-30 минут.
- Затем, некоторое время провести со своими будущими одноклассниками. К нему не должны применяться еще все дисциплинарные требования, он просто знакомится с территорией и новыми людьми. Таким образом, в группе он пробует не более 1,5-2 часов.
- Через несколько дней, ребенка можно будет оставить на утреннюю прогулку с детьми.
- А затем уже и до обеда. Но забрать непосредственно перед приемом пищи. Чтобы еще не нарушать привычного расклада в жизни ребенка.
- Только после того, как ребенок привыкнет к детям, помещению, играм и совместным прогулкам, его можно уже оставить на обед в группе. Конечно, не сразу ребенок сможет принять эти нововведения. Но это не должно вас смущать. Через пару дней, он сядет со всеми за общий стол.
- Переломным моментом в адаптации ребенка является дневной сон. Так что возможность оставлять ребенка на сон будет зависеть по срокам от того, на сколько быстро он будет привыкать к предыдущим условиям адаптации.
- И только в лучшем случае через 2 недели после начала посещения детского сада, у вас будет возможность оставить ребенка в группе на вторую половину дня.





Все это время за ребенком наблюдают опытные педагоги, медики и психологи. Они проводят в группе игры и занятия, снижающие эмоциональную напряженность, по сплочению коллектива и познанию окружающего мира, как предметного, так и социума. Наблюдают за состоянием здоровья, процессом питания, поведения. Стараются находить индивидуальные подходы к каждому ребенку, постепенно прививая ему знания и навыки того, какие требования будут предъявляться ему в условиях учреждения.



Гораздо труднее и дольше адаптируются дети:

- единственные в семье;
- чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;
- привыкшие к тому, что их капризам потакают;
- не имеющие элементарных навыков самообслуживания;
- неуверенные в себе;
- страдающие ночными страхами;
- эмоционально неустойчивые;
- пережившие психологическую травму;
- чьи родители слишком сильно переживают за ребенка, когда приводят его в детский сад.

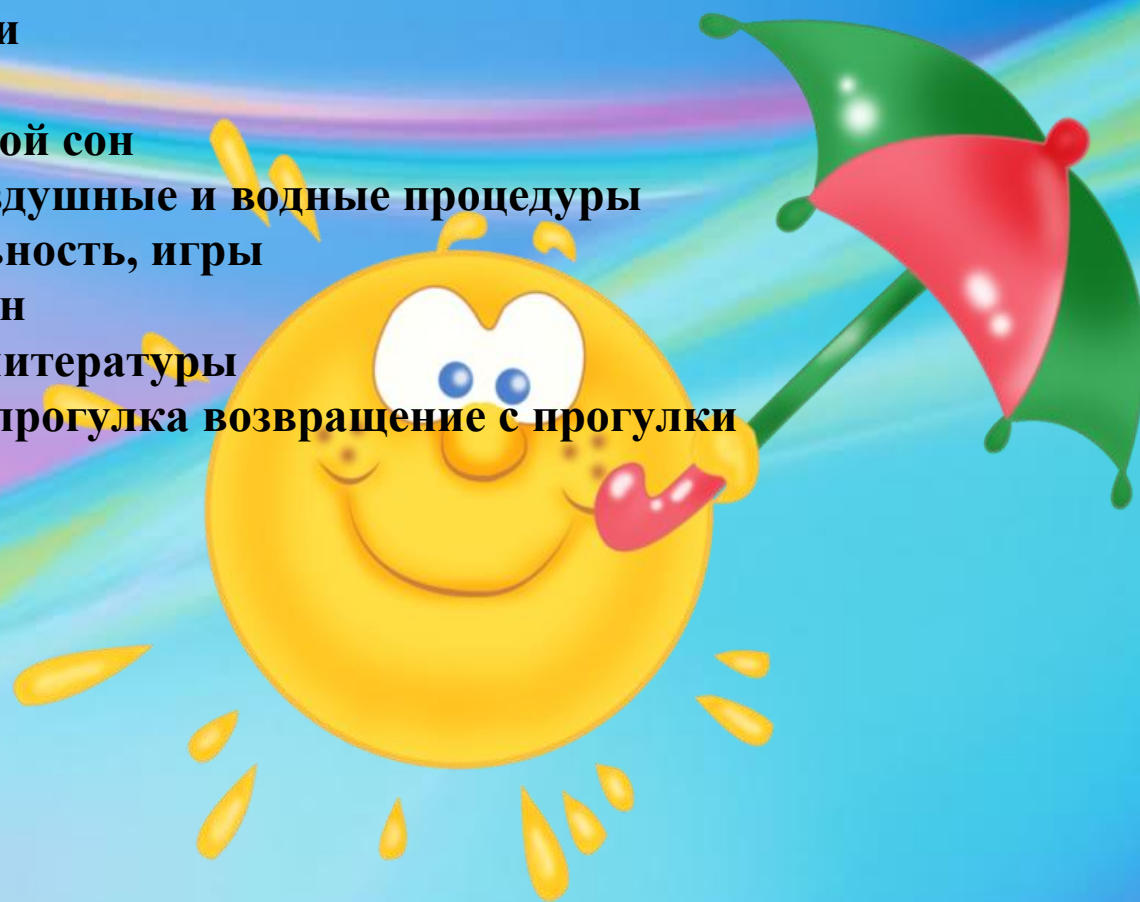


Рекомендации родителям от педагогов

- ❖ Старайтесь соблюдать режим дня в домашних условиях.
- ❖ Помогите ребенку с утра избавиться от негативных эмоций и обеспечьте «положительный» заряд на весь день.
- ❖ Регулируйте время просмотра ребенком телевизионных передач.
- ❖ Почаще обнимайте своего ребенка (не менее 7 раз в сутки!).
- ❖ Наказывая, не забывайте по истечении срока наказания простить!
- ❖ Уделяйте больше внимания ребёнку, ведь каждая минутка проведенная с Вами для него бесценна!
- ❖ Выделяйте положительные моменты в посещении ребенком детского сада, чтобы он шел туда с желанием.
- ❖ Приучайте ребенка к самостоятельности.
- ❖ Любя, не воспитывайте эгоиста.
- ❖ Предоставьте ребенку возможность эмоциональной разрядки.

Распорядок дня группа младшего возраста (3-4года)

- 7.00-8.00 прием детей, самостоятельная игра
- 8.00-8.30 подготовка к завтраку, завтрак
- 8.30 – 10.00 организованная образовательная деятельность
- 10.00 - 11.30 подготовка к прогулке, прогулка на улице
- 11.30 – 12.10 возвращение с прогулки
- 12.10-12.50 подготовка к обеду, обед
- 12.50-15.00 подготовка ко сну, дневной сон
- 15.00-15.25 постепенный подъем, воздушные и водные процедуры
- 15.25-15.50 самостоятельная деятельность, игры
- 15.50-16.20 подготовка к ужину, ужин
- 16.20-16.35 чтение художественной литературы
- 16.35- 18.30 подготовка к прогулке, прогулка возвращение с прогулки
- 18.30-19.00 уход домой





Детский сад
рад малышам!
Приходите в гости
к нам!