

Адаптация ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ



СОДЕРЖАНИЕ ГАЙДА

1. ЧТО ТАКОЕ АДАПТАЦИЯ

2. СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ

3. ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ АДАПТАЦИИ

4. ОБЪЕКТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ОКОНЧАНИЯ АДАПТАЦИИ

5. РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Адаптация (от лат. - приспособлять) - в широком смысле - приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

Социальная адаптация — это вхождение ребенка в коллектив сверстников (социальную группу), принятие норм, правил поведения в обществе, приспособление к условиям пребывания в процессе которого формируется самосознание и ролевое поведение, способность к самоконтролю, самообслуживанию, адекватных связей с окружающим



Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям

**Чёткий режим
дня**

**Необходимость
подчиняться
незнакомому
человеку**

**Изменения в
привычной жизни
ребенка в
условиях
адаптации**

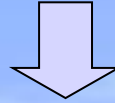
**Постоянный
контакт со
сверстниками**

**Отсутствие
родных рядом**

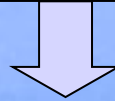
**Резкое
уменьшение
персонального
внимания**



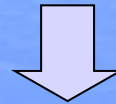
ВЫДЕЛЯЮТ 3 СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ:



**Легкая степень адаптации
15-20 дней**



**Средняя степень адаптации
16-35 дней**



**Тяжелая степень адаптации
35-60 дней**

ЛЕГКАЯ СТЕПЕНЬ АДАПТАЦИИ:

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.),
- изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20-30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает.
- основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели активно).



Средняя степень адаптации:

все нарушения выражены более и длительно :

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней,
- речевая активность (30-40 дней),
- эмоциональное состояние (30 дней),
- двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней,
- взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается,
- функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).



Тяжелая степень адаптация (от 2 до 6 месяцев)

- сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка.
- снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении),
- резким нарушением сна,
- ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться,
- отмечается проявление агрессии,
- подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения),
- обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии,
- при тяжелой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.



I этап - подготовительный.

- Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям.
- Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка от переутомления.
- Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.
- - Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии.
- Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время дить остроту отрицательных эмоций.

II этап – основной.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя.

- Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения.
- Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, сможет найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

III этап – заключительный

- Чтобы привыкание к ДОУ было максимально безболезненным для ребёнка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально).
- В течении 1-й недели ребёнок посещает детский сад 2 часа, затем время увеличивают на 1,5-2 часа.
- Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

ОБЪЕКТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ОКОНЧАНИЯ АДАПТАЦИИ

- - глубокий сон;
- - хороший аппетит;
- - бодрое эмоциональное состояние;
- - активное поведение ребенка;
- - соответствующая возрасту нормальная прибавка массы тела.



ЧТОБЫ АДАПТАЦИЯ ПРОШЛА УСПЕШНО

При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребёнка целесообразно воздержаться от посещения детского сада на 2-3 дня.

- Расскажите родным и знакомым в присутствии ребёнка:

Что вы уже ходите в детский сад.

Какой он молодец.

- Ведь он теперь взрослый, совсем как мама и папа ходит на работу.

В детском саду тебе будет интересно, ты познакомишься и подружишься с другими ребятами и взрослыми.

Утром я тебя отведу в детский сад, а вечером заберу.

Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного, что ты узнал нового



ЧТОБЫ АДАПТАЦИЯ ПРОШЛА УСПЕШНО

Придумайте традицию – прощания или приветствия (пожатия руки, поцелуй в носик, «Пока, скоро увидимся»).

- Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит : «Пока, скоро увидимся!»)
- Расставание не следует затягивать, прощайтесь легко и быстро.
- Не вызывайте у ребёнка тревогу. Ваше спокойствие, уверенность, улыбка говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу.

Постарайтесь пораньше забирать ребёнка из детского сада, он очень скучает.

- В период адаптации будьте терпимы к изменившемуся поведению ребёнка.



ЧТОБЫ АДАПТАЦИЯ ПРОШЛА УСПЕШНО

- Вы же взрослый человек и понимаете, что он капризничает не потому что «плохой», а из-за того, что ему очень трудно привыкнуть к новому помещению, детям, воспитателю режиму.
- По утрам когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроением обсуждайте предстоящий день.
- Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

