

# Адаптация ребенка к детскому саду





# АДАПТАЦИЯ

(От лат. Adaptare – приспособлять)

**– приспособление к  
окружающим условиям**

Адаптация человека имеет два  
спектра – **биологический** и  
**психологический**



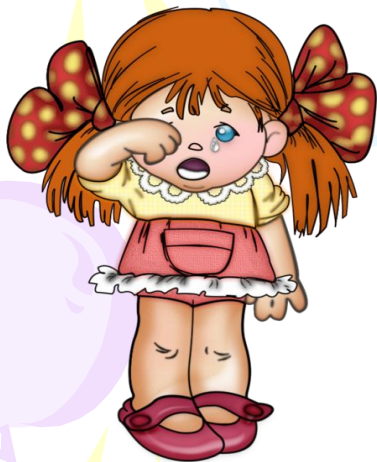
# Биологическая адаптация

**Включает приспособление  
организма к устойчивым и  
изменяющимся условиям  
среды:**

- температуре
- атмосферному давлению
- влажности, освещенности и др.  
физическим условиям
- а также к изменениям в  
организме: заболеванию и т.п.

# Психологическая адаптация

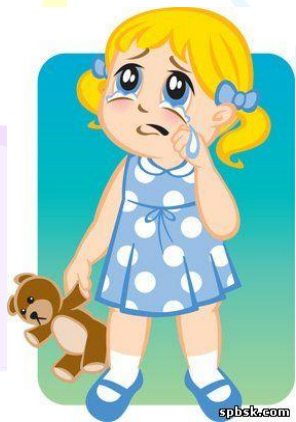
**Приспособление человека как личности к существованию в обществе в соответствии с требованиями этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами**



# Цель любой адаптации

– это устранение либо ослабление разрушающего воздействия на организм факторов окружающей среды

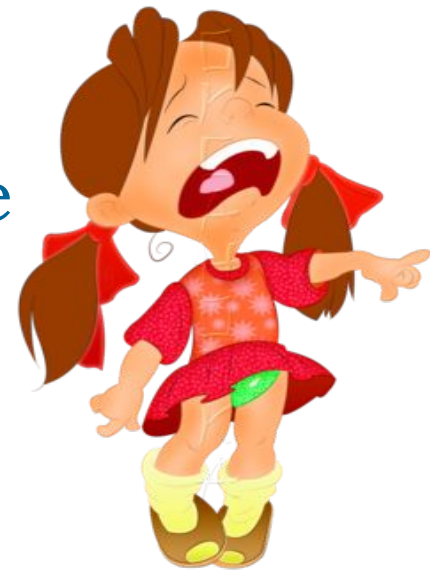
В ходе комплексного исследования проведенного учеными разных стран, выделено **три фазы** адаптационного процесса



# Фазы адаптации

- **Острая фаза** сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна. Снижению аппетита, регрессу в речевом развитии

**Фаза длится в среднем  
один месяц**



# Фазы адаптации

- **Подострая фаза** характеризуется адекватным поведением ребенка, т.е. все сдвиги уменьшаются, и регистрируются по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами

**Фаза длится 3-5 месяцев**



# Фазы адаптации

**Фаза компенсации** характеризуется  
ускорением темпа развития

Дети к **концу года** преодолевают  
задержку в развитии





A decorative graphic on the left side of the slide features three balloons: a light green one at the top, a light blue one in the middle, and a light purple one at the bottom. Each balloon is attached to a thin, wavy streamer that extends downwards. Small, yellow, triangular shapes are scattered around the balloons, resembling confetti or streamer details.

Три степени адаптации:

- легкую (15-30 дней);
- среднюю (30-60 дней);
- тяжелую (от 2 до 6 месяцев).

*Как можно помочь ребёнку  
быстрее адаптироваться к  
детскому саду?*





# Физическая (биологическая ) адаптация

- 1. Домашний режим дня привести в соответствие с режимом детского сада.

1.1. Ребенок должен спать 10-12 часов. Вставать в 7-00 часов. Дневной сон обязателен.



- 1.2. Рацион питания приближен к рациону детского сада: творожные и овощные запеканки, молочные каши, овощное пюре, кисели и т.д.



- 1.3. Научите проситься в туалет, пользоваться горшком



# 1.4. Закаляйте ребенка: обливание ног, хождение босиком, солнечные ванны



*Нельзя давать ребёнку*

*в детский сад!*





## 2. Психологическая адаптация



## 2.1. Расскажите ребенку о детском саде.

Рассказ должен быть последовательный и подробный: мы приходим в приемную детского сада, в ней стоят шкафы для одежды, в которых ты будешь класть свою одежду, затем мы прощаемся и я уйду и т д



## 2.2.Познакомте с территорией детского сада



## 2.3. Поиграйте с ребенком в сюжетную игру «Детский сад»





## ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

- Попробуйте заранее придумать и отрепетировать несколько разных способов прощания утром. Например, воздушный поцелуй, крепкое рукопожатие, поглаживание по спинке и др. Это поможет ребенку отвлечься от грустных мыслей, а со временем станет своеобразным ритуалом, и будет радовать и ребенка и родителей.

# ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

- ❑ Если же ребенок плачет весь день, то можно взять с собой в группу какой-то привлекательный для него предмет, или предмет, который будет напоминать ему о маме.



# ВАЖНЫЕ МЕЛОЧИ

❖ Если ребенок плачет при расставании с мамой, проанализируйте, так ли тяжело расставаться ему с папой или другими членами семьи. Если с кем-то из них ребенок чувствует себя утром комфортнее, то пусть, пока он не адаптируется, в сад его приводят бабушка, дедушка, старшая сестра или брат. Спросите воспитателя, как долго еще после Вашего ухода ребенок плачет. Если сразу после того, как он оказывается в группе, малыш перестает плакать, то спокойно отправляйтесь на работу или учебу, наверняка Ваш ребенок чувствует себя отлично.



# Показатели полноценной адаптации :

- активное проявление любознательности ко всему окружающему
- возникновение привязанности к педагогу
- желание играть со сверстниками свидетельствуют об эмоциональном благополучии ребёнка

