

Родительское собрание

Адаптация детей раннего
возраста к условиям ДОУ

Педагог-психолог: Петрушина Е.С.

2015 г.

Что такое адаптация

Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

Адаптация является активным процессом приводящим к:

- Позитивным результатам (адаптированность)
- Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)

Адаптация

```
graph TD; A[Адаптация] --> B[Уровни адаптации]; B --> C[Физиологический]; B --> D[Психологический];
```

Уровни адаптации

Физиологический

Психологический

Адаптация

Физиологический
(надо привыкнуть)

К новому режиму, ритму
жизни, новым нагрузкам
(необходимости сидеть,
слушать, выполнять
команды)

Необходимости
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым
помещениям.
освещенности, запахам

Адаптация

Психологический
(предстоит привыкнуть)

К отсутствию значимого
взрослого (мамы, папы...)

Необходимости в одиночку
справляться со своими
проблемами

Большому количеству новых
людей и необходимости с ними
взаимодействовать

Необходимости отстаивать
свое личное пространство

Адаптация

Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- самостоятельно есть разнообразную пищу;
- своевременно сообщать о своих потребностях: просится в туалет или на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- Пред поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
- С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).

Алгоритм прохождения адаптации в группе раннего возраста

Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка , нужно сделать его постепенным(у каждого ребенка проходит индивидуально):

- В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты-выход на прогулку, прогулка, возвращение с прогулки, обед и постепенное оставание на сон);
- Полная адаптация – 10-12 недель.

Правила введения ребенка в ДОО

1. **Ступенчатая адаптация.**
2. **Полная адаптация – 10-12 недель.**
3. **При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребенка целесообразно воздержаться от посещения д/с на 2-3 дня.**
4. **В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).**
5. **Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).**
6. **Воспрещается в период адаптации делать прививки, инъекции.**
7. **Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.**
8. **Единство и постоянство требований со стороны всех (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).**

Советы родителям

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- **Устройство лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);**
- **В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;**
- **В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;**
- **В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу , заботливы и терпеливы;**
- **Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новым игрушек ;**

Советы родителям для вновь поступившего малыша в группу раннего возраста.

- **О первом приходе договорится с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом детского учреждения.**
- **Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других детей при расставании с родителями вашего малыша.**
- **В первые дни ребенок должен находиться в саду небольшое количество времени 1-2 часа или как Вам скажут педагоги наблюдая за малышом.**
- **Постарайтесь не входить в группу, если ребенок плачет. Воспитателю будет проще его успокоить. Входите только тогда, когда малыш успокоится, если войдете когда он плачет у него сформируется условный рефлекс, что стоит ему заплакать или погромче закричать и мама сразу же появиться.**

Советы родителям

- Придумайте ритуал-прощания или приветствия (пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!»). Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!»).
- Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.

Советы родителям

- Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. После прогулки он может вернуться в группу, пообедать и потом вы его забираете. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
- Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.
- Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы

Советы родителям

- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

Советы родителям

Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- **Нормальный сон**(засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне;
- **Хороший аппетит;**
- **Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;**
- **Нормальное настроение, легко просыпается утром;**
- **Желание идти в детский сад.**

Советы родителям

Признаки дезадаптации:

- **Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;**
- **Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;**
- **Появление вялости, капризности;**
- **Появление агрессивности, часто меняется настроение;**
- **Ребенок стал чаще болеть**

Советы родителям

Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

Советы родителям

Помните всегда:

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут". По утрам когда собираетесь в дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка

**Спасибо за
сотрудничество!!!**