АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

ПОДГОТОВИЛА: ВОСПИТАТЕЛЬ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №26»
ЛАТЫПОВА ГУЛЬНАЗ
ФАГИМОВНА

Дети младшего возраста – очаровательные существа.

Они деятельны, любопытны, искренны, забавны. Наблюдать за ними - одно удовольствие.

От маленьких детей к взрослым идут волны умиротворения и расслабленности.

Но и ребенок вправе рассчитывать на бескорыстную любовь, доброжелательность и ласку.

Когда ребенку хорошо и спокойно, он быстро развивается.

Что для этого нужно?

Прежде всего - обеспечить внутреннее эмоциональное благополучие малыша.

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем.

Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье.

Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс.

Что такое адаптация?

Адаптация (от лат. adaptatio – приспособление) - способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды.

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

Адаптация – сложный и постепенный процесс, имеющий свою продолжительность у каждого ребёнка.

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)

Выделяют три степени адаптации:

Легкая адаптация

Длительность 15-20 дней.

Характеризуется незначительными отклонениями в поведении, редкими заболеваниями протекающими без осложнений

Средняя степень адаптации:

Длительность 16-35 дней.

Отклонения в поведении приобретают выраженный характер, ОРВИ встречаются один раз в 2-3 недели.

Тяжелая степень адаптации

Длительность 35-60 дней

Факторы, влияющие на процесс адаптации ребенка к условиям ДОУ:

- достигнутый уровень психического и физического развития,
- состояние здоровья ребенка,
- возраст ребенка,
- уровень развития навыков самообслуживания (КГН),
- навыков коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками,
- навыков предметной и игровой деятельности;
- характеристика нервной системы;
- количество детей и форма воспитания в семье,
- здоровье родителей.

Различают степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

Легкая адаптация:

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- аппетита (норма по истечении 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 нормативно).

Средняя адаптация:

все нарушения выражены более и длительно :

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40дней,
- 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 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.

http://aida.ucoz.ru

Адаптационный период можно условно разделить на 3 этапа:

- **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 сгладить 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, смогут 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 периода адаптации:

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

Как показывают наблюдения, по мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, труднее нормализуется сон (от двух недель до двух-трех месяцев)
и длительнее всего сохраняются нарушения эмоционального состояния.

Восстановление аппетита и сна не сразу обеспечивает нормальную прибавку массы тела, если сохраняется у ребенка пониженный эмоциональный тонус.

Советы родителям

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.

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.

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребёнка:

В период адаптации будьте терпимы к изменившемуся поведению ребёнка.

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 настроем обсуждайте предстоящий день.

Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка.

БЛАГОДАРЮ
ЗА
ВНИМАНИЕ