

Адаптация — сложный процесс
приспособления организма к новым
условиям.

- ❖ **Строгий режим дня.**
- ❖ **Отсутствие родителей в течение 9 и более часов.**
- ❖ **Новые требования к поведению.**
- ❖ **Постоянный контакт со сверстниками.**
- ❖ **Новое помещение.**
- ❖ **Другой стиль общения.**



КРИЗИС

(*невротические реакции, такие, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия*)

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

Судить о действительном окончании адаптационного периода в большинстве случаев мы можем после 4-6 месяцев, а у некоторых детей — после года пребывания в саду. Особенно это относится к детям от 2 до 3 лет, поскольку частые заболевания в этом возрасте замедляют их окончательное привыкание к детскому саду.

Наиболее эмоционально уязвимы при поступлении в детский сад дети с сильной привязанностью к матери и малым социальным опытом (отсутствие общения со сверстниками, контактов со взрослыми и т.п.) — это

дети от 1 года до 3 лет. Для таких детей адаптация — это изнуряющий плач, отказ от всего, чем занимаются другие дети, рыдания при сборах на прогулку, подготовке к обеду.

Задачи родителей в процессе адаптации:

- Занимайтесь со своим ребёнком: т.е. учите его самостоятельно обслуживать себя: одеваться, раздеваться, есть, пользоваться горшком, но никак не памперсами.

- Придерживайтесь дома того же режима дня, что и в детском саду, хотя бы на момент привыкания ребёнка к дошкольному учреждению.

- Настраивайте ребёнка на детский сад только положительно, чтобы не было проблем при расставании с родителями по утрам.

Адаптационный период считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает и во время просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации к ДОУ

- ❖ По возможности расширять круг общения ребёнка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребёнка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.
- ❖ Помочь ребёнку разобраться в игрушках: использовать

сюжетный показ, совместные действия, вовлечь ребёнка в игру.

- ❖ Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки», «попрыгаем, как зайчики».

- ❖ Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.

- ❖ Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребёнка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребёнок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить его в детский сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребёнка от себя.

- ❖ Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

