

### **3 этап – постепенное привыкание.**

Постепенная адаптация может включать несколько периодов.

**Первый период:** Педагог побуждает ребенка включаться в новые виды деятельности, и сама активно играет с ним во все игры. Рано или поздно наступит момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, мама может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго уйдет и скоро вернется.



**Второй период:** Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними.

### **2 критерия успешной адаптации:**

- **внутренний комфорт** (эмоциональная удовлетворенность);

- **внешняя адекватность поведения**

(способность легко и точно выполнять новые требования).

С приходом в ясли у ребенка начинается новый этап в его жизни.

**Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.**

### **Советы родителям**

#### **на период адаптации детей к ДОУ**

- ✓ *Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу накануне посещения детского сада;*
- ✓ *В выходные дни не меняйте режим дня ребенка;*
- ✓ *Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (лучше сделать это заранее);*
- ✓ *Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье;*
- ✓ *Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами;*
- ✓ *Будьте терпимее к его капризам;*
- ✓ *Выполняйте советы и рекомендации воспитателя;*
- ✓ *Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя;*
- ✓ *Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть вызвано просто плохим настроением.*



**МБДОУ ЦРР Д/С №51 «РОСТОК»**

## **«Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»**



**Буклет для родителей  
от педагога-психолога  
Петровой Л.Г.**

Почему одни малыши, когда приходят в детский сад ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закроется дверь за мамой или папой? Почему некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступают в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя «как рыба в воде»?

Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, бестравматичным.

### **Что такое адаптация?**

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

С приходом в ясли у ребенка начинается новый этап в его жизни.



### **Три степени тяжести адаптационного периода:**

○ **легкая адаптация:** к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт.

Заболееваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений;

○ **адаптация средней тяжести:** поведенческие реакции восстанавливаются к 30-

му дню пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился;

○ **тяжелая адаптация:** характеризуется, значительной длительностью (от двух до шести месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

**Длительность периода адаптации зависит от многих причин:**

- особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
- наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
- состояния здоровья;
- резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении;
- разницы в методах воспитания.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям.

### **Этапы адаптационного периода**

#### **1 этап – подготовка родителями ребенка к условиям детского сада**

Вопрос о том, как подготовить ребенка к поступлению в детский сад, волнует многих родителей. Если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями, а также вегетативными явлениями.

Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.

В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.



О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии.

#### **2 этап – приход мамы с ребенком в группу детского сада.**

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка.

Основная задача мамы в данной ситуации – помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Мама помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: — «Как мне здесь нравится!», — «Какие забавные зверушки сидят за столом!» и т.д.

Освоившись, ребенок делает первые попытки пройти по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Первую неделю ребенок приходит в детский сад и остается в группе в течение 2-3 часов. За это время он осваивает новые для него помещения, знакомится с другими детьми.