

*АДАПТАЦИЯ  
детей к условиям  
детского сада*

# Адаптация

процесс вхождения  
человека в новую для него  
среду и приспособления  
к ее условиям

## **Успех адаптации зависит от:**

- состояния здоровья ребёнка;
- уровня развития;
- возраста ребёнка;
- степени сформированности игры;
- уровня социализации ребёнка.

## **Уважаемые родители! В период адаптации от Вашего внимания не должно ускользнуть следующее:**

- Как ребёнок реагирует на расставание с Вами?
- Как реагирует на своё имя (быстро откликается, ищет глазами зовущего, улыбается в ответ)?
- Как ребёнок реагирует на Ваше появление (как бы не замечает, демонстративное поведение, бурный плач, улыбается, бежит и т.д.)?
- Появление невротических реакций, которых ранее не было: грызёт ногти, сосёт палец, качается на одном месте, падает на пол, бьёт себя?
- Эмоциональные реакции - их сила и длительность (долго плачет; капризничает; легко рассмешить; плачет, но быстро успокаивается, начинает рыдать внезапно и т.д.)
- Как осваивает пространство группы: свободно заходит во все комнаты группы, самостоятельно ходит в туалетную комнату, берёт игрушки, знает свой шкафчик; либо боится ходить, бегать, сидит в одном месте, по группе перемещается только за руку со взрослым.
- Общение с воспитателями и другими взрослыми в детском саду: эмоциональное или деловое; молча показывает игрушки; участвует в режимных моментах, разговаривает, демонстрирует свои умения.

## Признаки психоэмоционального напряжения:

- Трудность засыпания и беспокойный сон.
- Усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребенка не утомляла.
- Беспричинная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность.
- Рассеянность, невнимательность.
- Беспокойство, непоседливость.
- Отсутствие уверенности в себе, которое выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жметя к ним.
- Проявление упрямства.
- Сосет палец, жует что-нибудь; слишком жадно, без разбора, ест; заглатывает пищу целыми кусками (иногда, наоборот, отказ от еды).
- Боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (дома бесцельно бродит по комнатам, не находя себе занятия).
- Игра с половыми органами.
- Подергивание плечами, качание головой, дрожание.
- Снижение массы тела или, напротив, проявление симптомов ожирения.
- Повышенная тревожность.
- Дневное либо ночное недержание мочи, которого ранее не наблюдалось.

## Ребёнок адаптировался, если:

- сохраняет эмоционально уравновешенное состояние в период бодрствования;
- Не против играть рядом с детьми и общаться со взрослыми;
- увлекается игрушками;
- быстро успокаивается при расставании с родителями;
- доверяет воспитателю – обращается с просьбой, приветствует, прощается, задаёт вопросы;
- при общении с незнакомыми взрослыми вступает в контакт при их доброжелательном отношении к нему;
- отвечает на вопросы «Как тебя зовут?», а так же называет имена близких взрослых, некоторых детей группы;
- совершенствует навыки самообслуживания.

## Алгоритм адаптации ребёнка к ДОУ:

**Первая – вторая неделя:** ребёнок находится в детском саду 1 – 3 часа.

### Задачи взрослых :

- закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю;
- способствовать эмоциональному восприятию сверстников;
- подробно познакомить с расположением помещений в группе.

## Алгоритм адаптации ребёнка к ДОУ:

**Вторая - третья неделя:** ребёнок находится в детском саду 3-4 часа.

### Задачи взрослых :

- установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребёнком (ребёнок сам идёт к воспитателю, принимает его ласку, смело обращается за помощью);
- закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам, способствовать развитию игры «рядом»;
- побуждать к самостоятельным действиям в группе, закреплять умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку).



## Алгоритм адаптации ребёнка к ДОО:

**Третья – четвёртая неделя:** посещение ребёнком ДОО в первую половину дня, по желанию остаётся на дневной сон.

### Задачи взрослых :

- приучать ребёнка к приёму пищи в ДОО (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);
- привлекать к совместным играм;
- учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;
- формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

## Алгоритм адаптации ребёнка к ДОУ:

**Четвёртая – шестая неделя:** ребёнок посещает детский сад в течение всего дня.

### Задачи взрослых :

- организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт;
- развивать уверенность ребёнка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу;
- развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей;
- поощрять соблюдение культурно – гигиенических правил, традиций группы.

# Рекомендации родителям:

- Постарайтесь сообщить воспитателям как можно больше об индивидуальных особенностях ребёнка: познавательное и речевое развитие, домашний режим, способы кормления, укладывания спать, любимые игрушки, занятия, особенности игры.
- В период адаптации к ребёнку следует относиться особенно бережно, стараться предупреждать отрицательные эмоции, не наказывать его.
- Больше внимания здоровью малыша: лёгкое покраснение зева, небольшой насморк. Лучше предупредить заболевание, так как прогнозировать его тяжесть и возможные осложнения очень трудно.
- Игра – один из лучших антистрессовых приёмов, позволит ребёнку раскрепоститься, расслабиться. Легче всего адаптация протекает у детей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками.

# Рекомендации родителям:

- Постарайтесь поддерживать дома спокойную атмосферу. Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы в общении.
- Постепенно формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Во время игр, ухода за ребёнком ведите "параллельный разговор" (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно. Каждый день постарайтесь находить время для индивидуальных игр, занятий с ним.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления. Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: лепите, рисуйте, конструируйте.
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.

Презентация подготовлена  
педагогом-психологом  
Филатовой Т.С.

# Спасибо за внимание

