

К моменту завершения адаптационного процесса ребёнок умеет:

- сохранять эмоционально уравновешенное состояние в период бодрствования;
- увлекаться игрушками, совместными играми;
- быстро успокаиваться при расставании с родителями;
- доверять воспитателю;
- при общении с незнакомыми взрослыми вступать в контакт при их доброжелательном отношении к нему;
- откликаться на своё имя;
- пользоваться элементарными навыками самообслуживания.

Режимные моменты в группе

- Приход детей в детский сад.
- Утренняя гимнастика.
- Завтрак.
- Образовательная деятельность (1-2)
- Второй завтрак.
- Прогулка.
- Обед.
- **Дневной сон: 12.00—15.00**
- Полдник.
- Совместные игры.
- Ужин.
- Уход детей домой.

Уважаемые родители!

Просим Вас дневной сон в домашних условиях в период адаптации, а затем в будние и выходные дни, соблюдать в рамках режима детского сада.

Спасибо!

А д а п т а ц и я

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

Признаки психо-эмоционального напряжения

- трудности засыпания;
- усталость после небольшой нагрузки;
- беспокойство, непоседливость;
- полная апатия, нежелание двигаться, играть;
- боязнь контактов, стремление к уединению;
- подёргивание плечами, тики, сосание пальцев, качание головой, дрожание;
- снижение массы тела.

Воспитатели группы:

Младший воспитатель:

Адрес: г.п. Фёдоровский пер.Центральный д.3

Телефон: 8(3462)732-087

Сайт: berezkaf.ukoz.ru

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА "БЕРЕЗКА"
С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННО—
ЭСТЕТИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ

Памятка для родителей

Адаптация малыша к детскому саду

«Садовник, собираясь пересадить дерево, готовит участок, бережно окапывает саженец, стараясь не повредить его корневую систему, пересаживает его вместе с землёй – но, несмотря на все его усилия, дерево на новом месте болеет, пока не приживётся»

Н.М. Аскарина

г.п. Фёдоровский

Соблюдайте простые правила

1. Постарайтесь сообщить воспитателям как можно больше сведений об индивидуальных особенностях вашего ребёнка: развитие, домашний режим, способы кормления, укладывания спать, любимые игрушки, занятия. Для этого подробно заполните анкету.
2. В период адаптации к ребёнку следует относиться особенно бережно, стараться предупредить отрицательные эмоции, не наказывать его.
3. Больше внимания здоровью малыша: лёгкое покраснение зева, небольшой насморк. Заболевание легче предупредить, чем лечить.
4. 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. Играйте с ребёнком чаще.
5. Хороши игры – собирательства: «Собери мячи в корзину», мячи можно заменить на кубики, мягкие игрушки, кольца от пирамидок. Монотонные игры—нанизывание колец пирамидки, крупных бус на шнурок. Выстраивание башенок, дорожек из кубиков, кирпичиков, деталей конструктора.
6. В домашних условиях игры перед вечерним сном не должны быть шумными, с беготнёй и криками. Всё это для того, чтобы ребёнок выспался и утром пришёл в детский сад с хорошим настроением.
7. Хорошо помогают снять напряжение игры с бумагой – её можно мять, рвать, топтать, бросать в корзину.
8. Для снятия психо-эмоционального напряжения следует создать условия для двигательной

активности малыша: обязательны две прогулки где ребёнок сам много ходит, бегает. Используйте новые приёмы: хаотичное рисование - «каракули», игры с пальчиками, массаж.

9. Вид и звук льющейся воды действуют успокаивающе: поэтому чаще умывайте ребёнка, омывайте ему руки, лицо. Помните, что вода должна быть тёплой. Можно увеличить по времени и разнообразить процедуру купания перед сном.

10. Постарайтесь дома обеспечить ребёнку как можно больше положительных эмоций: кто если не родители знают что может вызвать смех и радость малыша.

11. После того, как вы забрали ребёнка из группы, не торопитесь уходить домой—прогуляйтесь по территории детского сада, наблюдайте за детьми, рассмотрите клумбы, сюжетные уголки.

Примерный алгоритм адаптации:

Первая – вторая недели: ребёнок находится в детском саду 1 – 2 часа.

- первое знакомство с воспитателями, игровым пространством; групповыми помещениями – приёмная, туалетная комната;
- наблюдение за играми сверстниками.

Вторая - третья недели: ребёнок находится в детском саду 2-3 часа.

- ребёнок учится доверять воспитателям;
- закладываются основы доброжелательного отношения к сверстникам, взрослые способствуют развитию игры «рядом»;
- ребёнка побуждают к самостоятельным дей-

ствиям в группе, закрепляют умение ориентироваться в помещениях группы (групповая, умывальная, приёмная комнаты),

- продолжается обучение в нахождении предметов личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку – шкаф, полотенце и др.).

Третья - четвёртая недели: ребёнок находится в группе в первую половину дня, по желанию остаётся на дневной сон.

- ребёнка приучают к приёму пищи в ДОУ (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);
- взрослые привлекают детей к играм «рядом»;
- дети учатся слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;
- каждого ребёнка побуждают к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

Четвёртая - шестая недели: ребёнок посещает детский сад в течение всего дня.

- развивать у ребёнка уверенность в себе и своих возможностях: пробуждать к двигательной и игровой активности; взрослые поощряют самостоятельность, инициативу ребёнка;
- развивать у детей чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей;
- закрепление культурно-гигиенических навыков: совместный приём пищи, пользование носовым платком, полотенцем, салфеткой; посещение туалета.