



# **«Адаптация ребенка в детском саду»**

**Составитель:**  
старший воспитатель  
Беляева Ирина Анатольевна  
ГБДОУ 42 Фрунзенского района СПб  
2023 год

# **Адаптация – это приспособление к условиям окружающей среды.**

**Психологическая адаптация предполагает, что человек находится в гармонии с самим собой, партнерами по общению и окружающим миром в целом.**

**Адаптация малыша к детскому саду – это привыкание ребенка:**

- к новой для него обстановке;**
- незнакомым взрослым;**
- большому количеству детей.**



## **КАК НАДО**

### ***родителям готовить ребёнка к поступлению в ДОО.***

- Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- Заранее узнать все новые моменты в режиме дня ДОО и ввести их в режим дня ребенка дома.
- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в ДОО.
- Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за его непослушание.
- Готовить вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой.
- Расширить круг общения ребенка, научить его взаимодействовать со сверстниками и доверять другим взрослым.
- Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в ДОО.



## ***Приемы, облегчающие ребенку утренние расставания.***

- 1. Научитесь прощаться с ребенком быстро, не затягивая расставание. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться.**
- 2. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.**
- 3. Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.**
- 4. Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку.**
- 5. Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он ни закатывал, он все равно пойдет в детский сад. Если вы хоть раз ему уступите, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.**



## **КАК НАДО родителям вести себя с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОУ.**

- Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
- Создать спокойный бесконфликтный климат для него в семье.
- Щадить его ослабленную нервную систему. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
- На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как в ДОУ.
- Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.
- При выражении невротических реакций оставить малыша на несколько дней дома и выполнить все предписания врача.



## **АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: НИКАКОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ**

В детском саду ребенок расходует много энергии, как эмоциональной, так и физической.

У него уже достаточно новых впечатлений.

### **Отложите на время все нововведения:**

- Не подходящий момент, чтобы менять няню;
- Делать в квартире ремонт;

### **Задача родителей состоит в том, чтобы создать дома спокойную обстановку:**

- Побудьте с ним вдвоем;
- Поиграйте или почитайте вместе;
- Не спешите домой после садика;
- Погуляйте на детской площадке или просто побродите, сопровождая прогулку веселой беседой;
- Обсудите прошедший день;
- Выслушайте ребенка, ответьте на все вопросы и поддержите, если произошла малейшая неприятность.



# АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ: НЕ ПУГАЙТЕ САДИКОМ

- Если кроха возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!»
- Не формируйте образ детского сада как места, которым наказывают;
- Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность.

**И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!**



## Факторы, мешающие адаптации ребенка к детскому саду:

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

***Каждый ребенок адаптируется по-разному:  
кто-то быстрее и легче, кто-то медленнее и  
тяжелее!!!***



## *Первые признаки того, что ребенок адаптировался:*

- **хороший аппетит,**
- **спокойный сон,**
- **охотное общение с другими детьми,**
- **адекватная реакция на любое предложение воспитателя, нормальное эмоциональное состояние.**

## *Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода:*

- **возраст;**
- **состояние здоровья;**
- **уровень развития;**
- **умение общаться со взрослыми и сверстниками;**
- **сформированность предметной и игровой деятельности;**
- **приближенность домашнего режима к режиму детского сада.**



*Демонстрируйте  
ребенку свою любовь  
и заботу.*

*Будьте терпеливы и  
у нас вместе все  
получится!!!*

