

«Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада»

Что такое адаптация?

-Адаптация –это приспособляемость организма к изменяющимся внешним условиям. Процесс, часто проходящий с напряжением психических и физических сил детского организма.

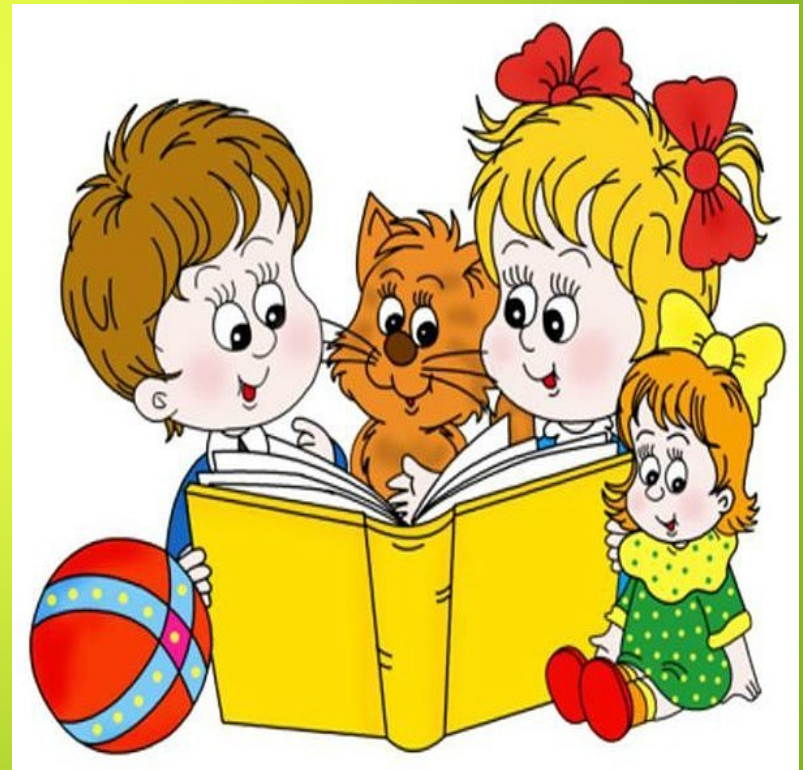
В привычную, сложившуюся жизнь ребёнка буквально врываются такие изменения как :

- Чёткий режим дня;
- Отсутствие родных рядом;
- Постоянный контакт со сверстниками;
- Необходимость слушаться незнакомого до этого человека;
- Резкое уменьшение персонального внимания.



На какие факторы влияет адаптация?

1. Эмоции ребёнка
2. Контакты со сверстниками и воспитателем
3. Познавательная активность
4. Двигательная активность
5. Навыки
6. Сон
7. Аппетит
8. Здоровье



Виды адаптации

- Легкая степень
от 10 до 20 дней
- Средняя степень
от 20 до 40 дней
- Тяжёлая степень
от 2 до 6 месяцев



Алгоритм прохождения адаптации:

Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка , нужно сделать его постепенным(у каждого ребенка проходит индивидуально):

- В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты);
- Полная адаптация – 10-12 недель.

Советы родителям

- Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
- Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы.



Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации:

- Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:
 - самостоятельно есть разнообразную пищу;
 - своевременно сообщать о своих потребностях;
 - проситься в туалет или на горшок;
 - мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- Перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
- С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).

Рецепт хорошего прощания:

- Не бойтесь того, что ребенок плачет.
Плач – помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться.
- Скажите ребенку честно, куда и зачем вы идете;
- Скажите ему точно, когда вы за ним вернетесь;
- Расскажите малышу с кем он останется и что будет делать;
- Не обещайте «призов», за то, что он вас отпускает;
- Приносите ребенку время от времени маленькую «приятность».