



Адаптация детей к детскому саду

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад «Умка»

Шабурова Оксана Александровна



Детский сад – новый период в жизни ребенка.

- Строгий режим дня.
- Отсутствие родителей в течении 9 и более часов..
- Новые требования к поведению.
- Постоянный контакт со сверстниками.
- Новое помещение.
- Другой стиль общения



Задача адаптационного периода –

**помочь ребенку как можно быстрее
и безболезненно освоиться в
новой ситуации, почувствовать
себя увереннее.**



АДАПТАЦИЯ

от лат. «приспособляю» — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

В силах родителей и педагогов сделать жизнь ребенка счастливой, интересной и насыщенной!



Причины тяжелой адаптации к условиям детского сада

- **Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада**
- **Наличие у ребенка своеобразных привычек (сосание пальца, грызет ногти, и т.п.)**
- **Неумение занять себя игрушкой**
- **Отсутствие опыта общения с незнакомыми детьми и взрослыми**
- **Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков**
- **Разные требования к поведению ребенка дома и в детском саду**



Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:

- особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- возраста ребенка;
- состояния здоровья;
- разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду;
- поведения и эмоционального состояния взрослых (тревожность, негативизм к детскому саду...).

Как подготовить ребенка к посещению детского сада

- Увеличьте круг общения вашего малыша с взрослыми и детьми.
- Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
- Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша
- Заранее знакомьте ребенка с детским садом.



- Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

Примерный режим дня

Прием детей	до 8.00
Завтрак	8.20–8.50
Игры, занятия, прогулка	9.00–11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45–12.00
Подготовка ко сну, сон	12.00–15.00
Подъем, оздоровление, гигиенические процедуры, полдник	15.00–16.00
Активное бодрствование	16.00–17.00
Прогулка	17.00–17.30
Игры, уход домой	17.30–19.00



- Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.



- Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно, на 2–3 часа.



Меры, облегчающие адаптацию

- Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам расположит ребенка к общению с ними.
- Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим.
- Выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду – важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.

Адаптационный период считается законченным

- Ребенок спокойно идет в группу.
- С аппетитом кушает.
- Быстро засыпает, вовремя просыпается.
- Эмоционально общается с окружающими.
- Играет в разные игры.



**Запаситесь терпением, и детский сад будет
привычным и уютным миром для
вашего малыша!**





**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ**

