

**Дети – это счастье, дети – это радость,
Дети – это в жизни свежий ветерок.
Их не заработать, это не награда,
Их по благодати взрослым дарит Бог.
*Дети, как ни странно, это испытанье.
Дети, как деревья, сами не растут.
Им нужна забота, ласка, понимание.
Дети – это время, дети – это труд.*
**Дети – это будто жизнь пошла сначала:
Первые улыбки, первые шаги,
Первые успехи, первые провалы.
Дети – это опыт, дети – это мы!****

Адаптация – это привыкание к новым условиям существования.

В период адаптации один из родителей берёт отпуск

- - *1 неделя*: 2 – 3 часа
- - *2 неделя*: до 12:00 (обед)
- - *3 неделя*: дневной сон
- - *4 неделя*: до 16:00 (ужин)

Условия успешной адаптации:

- **возраст**
- *режим*: умеет кушать, спит днем, ходит на горшок, моет руки
- воспринимает разную пищу
- понимает как одеваться, просит о помощи
- убирает за собой игрушки
- *состояние здоровья*
- *уровень развития* (рассеянное внимание, плохая память, моторика...)
- личность воспитателя
- оснащение детского сада

Что у ребёнка вызывает стресс?

- отсутствие близких людей рядом
- необходимость соблюдать режим дня: есть - строго по часам
- наличие большого количества кричащих, шумных, дерущихся детей рядом, с которыми почему то нужно делиться игрушками
- отсутствие внимания, потому что воспитательнице нужно следить сразу за всеми
- новые правила, которые нужно неукоснительно выполнять: убрать за собой игрушки, помыть руки, ...

Привыкнуть к этому в один миг *невозможно*.

Поэтому адаптация к детскому саду – *длительный процесс*.

Существуют разные **виды адаптаций**.

Физиологическая адаптация.

- Приспособление к новому режиму дня, который категорически нельзя нарушать
- Привыкание к новой пище
- Инфекционные атаки на иммунитет

Чтобы уменьшить стресс, родители должны *придерживаться дома такого же режима, как в детском саду:*

- время приема пищи (8:30, 10:00, 11:30, 15:30)
- время сна (12:00 – 15:00)
- изучить меню сада и стараться дома кормить такими же блюдами

Психологическая адаптация

Это самая сложная адаптация!

Ребенок не понимает зачем ему каждое утро нужно идти в садик. У некоторых детей появляется страх, что мама их бросает и не придёт забирать.

В результате у ребенка может возникнуть:

- *истеричность*, капризность
- *агрессивность*
- *упрямство*

Выход???

Разъяснительные беседы с ребенком и больше внимания и заботы в этот период.

Социальная адаптация

Если ребенок активный и общительный, он в играх забывается и чувствует себя хорошо.

Но большинство теряется в потоке новых детей.

В результате мы получаем:

- не пойду в садик «Марьяванна злая, а Вася игрушки отбирает»
- перенятие у других девиантного поведения (начинают кусаться, плевать, обзывать, плохих слов)
- обострение жадности, даже если до этого ребенок был добрым
- замкнутость, не реагирование на происходящее

Выход???

Развитие коммуникативных навыков: семейные игры дома, общение с другими сверстниками, посещение общественных мест.

Этапы адаптации

Родители должны понимать, что адаптация ребенка процесс длительный и какие-то *реакции могут то затухать, то проявляться вновь!*

I этап – острая фаза

Ребенок не знает, как справиться со стрессом и, соответственно, не может контролировать эмоции.

Реакции:

- весь день сидит на стульчике
- весь день плачет
- дерётся
- отказывается есть
- не садится на горшок
- плачет, увидев родителей

Данный период длится *2 – 4 недели* и от стресса заканчивается заболеванием - *простудой*

II этап – умеренно острая фаза

Начинается привыкание. Ребенок начинает общаться с другими детьми, вовлекается в групповые занятия, нормализуется аппетит и сон. Приступы агрессии и истерики еще сохраняются, но становятся редкими.

Продолжительность периода *3-4 недели.*

Заканчивается период тем, что малыш делает «одолжение» родителям и соглашается ходить в детский сад.

III этап – компенсированная фаза

Полное вливание в коллектив, организм приспособился к новому режиму. Ребёнок ещё плачет по утрам, но такие моменты носят уже не ярко выраженный и непостоянный характер.

Длится этот период 2 – 3 недели.

В итоге получается, что **период адаптации к детскому саду длится 3 месяца!**

Степени адаптации

ЛЁГКАЯ

3-4 недели

- в группе быстро успокаивается
- без страха подходит к воспитателю
- играет с детьми
- просит о помощи
- выполняет режим
- кушает и спит со всеми

СРЕДНЯЯ

1,5 - 2 месяца

- часто болеет
- не отпускает родителей, долго плачет
- мало играет с детьми
- часто спрашивает, когда придет мама
- плохо ест, не спит
- на вопросы о садике всегда отвечает: «Плакал. Скучал»

ТЯЖЁЛАЯ

более 2 месяцев

(может совсем не адаптироваться)

- утром не просто плачет, а истерит
- плачет у дверей, постоянно задаёт вопрос: «Когда придёт мама?»
- не идет на контакт с детьми и взрослыми
- не выполняет режим (пугается)
- отказывается есть, не спит

(посещение сада неполный день, помощь психолога)



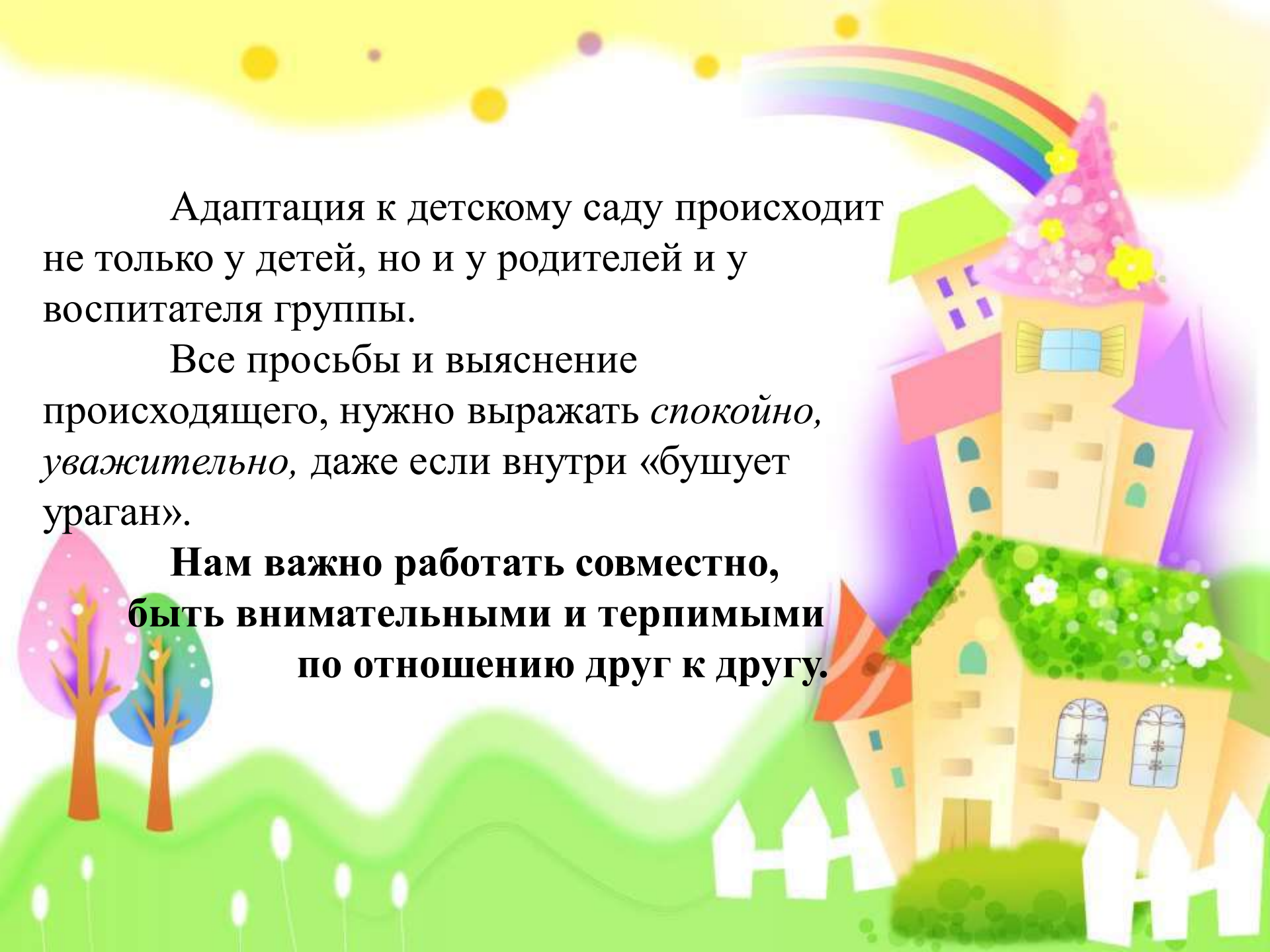
Советы родителям.

1. Беседуйте с ребёнком о том, что детский сад – это его работа, что так же как у мамы и папы у него есть работа, на которую надо ходить каждый день.
2. Приучайте ребёнка дома оставаться подолгу без мамы (оставлять почаще в комнате одного, чтоб учился играть самостоятельно, ходить в гости к родственникам).
3. Учите делиться игрушками, если игрушка занята, учите взять другую, а не плакать и не драться.
4. Утром уходя, попрощайтесь, обнимите, скажите, что идёте на работу, а вечером заберёте ребёнка из сада.
5. Не показывайте свои страхи из-за разлуки. Говорите хорошие слова о воспитателе и детском саде.
6. Утром не опаздывайте, вечером забирайте вовремя.

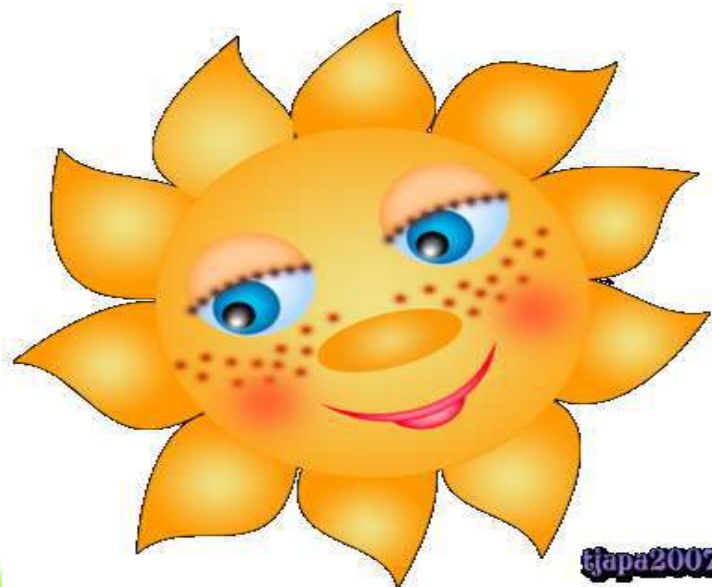
Адаптация к детскому саду происходит не только у детей, но и у родителей и у воспитателя группы.

Все просьбы и выяснение происходящего, нужно выражать *спокойно, уважительно*, даже если внутри «бушует ураган».

**Нам важно работать совместно,
быть внимательными и терпимыми
по отношению друг к другу.**



Спасибо за внимание!
Всем удачи!



Елара2007

