

# *«Первый раз в детский сад»*

*Составила: Валеева  
Татьяна Ивановна,  
педагог-психолог  
МБДОУ «Детский сад  
№141 «Лукоморье»*



# *Адаптация*

*— это сложный процесс привыкания ребенка к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям и выработка новых умений и навыков.*



# *Выделяют три фазы адаптации:*

*1. Острая фаза, дезадаптация - наблюдаются частые заболевания, нарушения сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад.*

*2. Адаптация – привыкание к новым условиям, нормализуется поведение.*

*3. Компенсация – дети начинают вести себя спокойно. Ускоряется темп развития психических процессов.*



*Выделяют три степени  
адаптации:*

*1. Легкая*

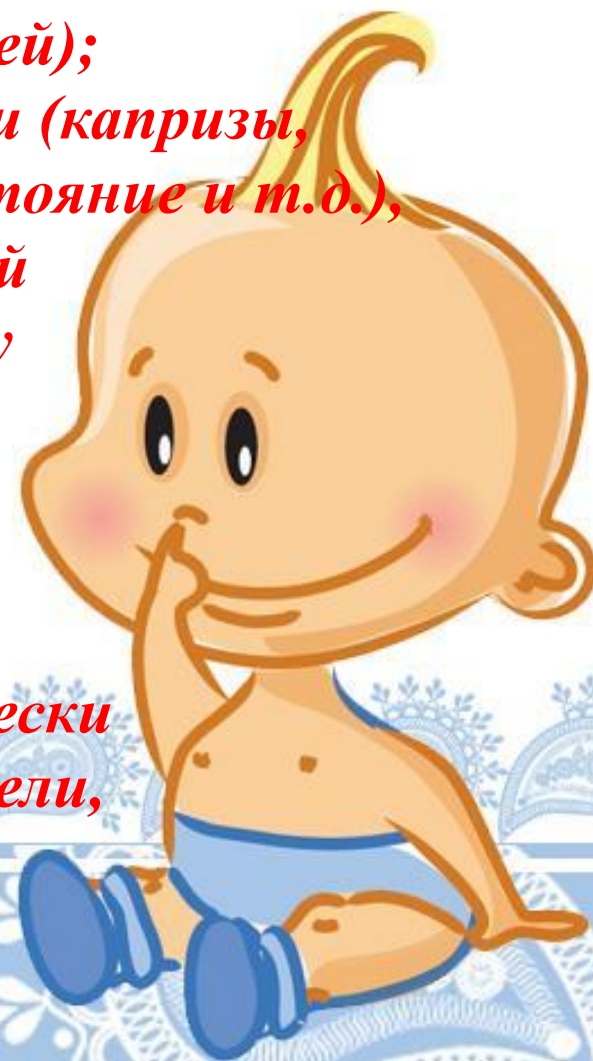
*2. Средняя*

*3. Тяжелая*



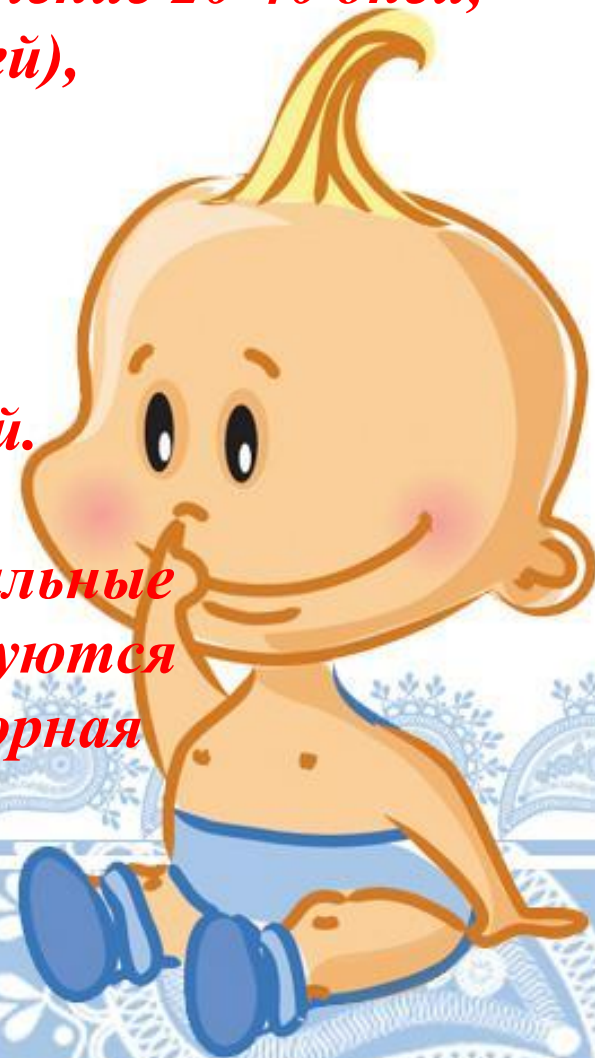
# Легкая адаптация

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней);
- аппетита (норма по истечении 10 дней);
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.),
- изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за 20-30 дней;
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются;
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает. Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно).



# Средняя адаптация

- сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней,
- ориентировочная деятельность (20 дней),
- речевая активность (30-40 дней),
- эмоциональное состояние (30 дней),
- двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней.
- Взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция).



# Тяжелая адаптация

- снижен аппетит (иногда возникает рвота при кормлении);
- нарушен сон;
- ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние;
- происходят изменения в речевой и двигательной активности,
- возможна временная задержка в психическом развитии,
- дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников,
- продолжительность адаптации (от 2 до 6 месяцев).



# *Правила поведения родителей*

- Утренний прием: Придумайте и используйте каждый день систему прощальных знаков (воздушный поцелуй, поглаживание, прощание рукой, мизинчиками и др.).*
- При этом важно! Уходите быстро, не задерживайтесь, не оборачивайтесь - так малышу будет проще отпустить Вас. Не бойтесь разлуки с ребенком, тогда и он легче будет ее переносить.*
- Во время прощания демонстрируйте хорошее настроение, чувствуйте себя уверенно, общайтесь с ребенком только доброжелательным тоном.*
- Дома создайте спокойную, доброжелательную обстановку.*



# Рекомендации родителям

- В детский сад приводите ребенка при условии, что он здоров.
- Здоровье ребенка поддерживайте, закаливайте.
- Одевайте ребенка по погоде, в такую одежду с которой он может справиться сам.
- Подготовьте сменное белье и одежду, продумайте маркировку на одежде.
- Выстраивайте конструктивные отношения с воспитателями и родителями.
- В жизни малыша принимайте активное участие.



- *Учите ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания – прием пищи, одевание, умывание, пользование горшком.*
- *Принесите из дома свои и ребенка фотографии - это придаст уверенность.*
- *Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми и детьми.*



- *Не задерживайтесь, старайтесь приходить вовремя за своим ребенком.*
- *После детского сада погуляйте с ребенком на площадке, в парке, похвалите его за проведенный день: «Молодец! Ты хорошо ведешь себя, я горжусь тобой».*
- *Демонстрируйте свою заботу и любовь.*



*Спасибо за внимание!*

