



## *Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации*

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течении первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании.
6. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
7. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

## *КАК РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ*

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.
2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания. (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.
6. Устройте небольшой семейный праздник вечеров.

### *ОСТАВАЙТЕСЬ НА СВЯЗИ*

663168, Красноярский край,  
пгт. Подтесово, пер. Талалихина, д. 7

Консультационный пункт  
МБДОУ Подтесовский детский сад №29

Телефон: +7 (950) 411-93-54



## *Адаптация ребенка к детскому саду*

МБДОУ Подтесовский детский сад №29

*АДАПТАЦИЯ (ОТ ЛАТ. «ПРИСПОСОБЛЯЮ») – ЭТО СЛОЖНЫЙ ПРОЦЕСС ПРИСПОСОБЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА, КОТОРЫЙ ПРОИСХОДИТ НА РАЗНЫХ УРОВНЯХ: ФИЗИОЛОГИЧЕСКОМ, СОЦИАЛЬНОМ, ПСИХОЛОГИ.*



Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую.

При легкой адаптации поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Appetit достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1–2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плач, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженно.



### *ФАКТОРЫ, ОТ КОТОРЫХ ЗАВИСИТ ТЕЧЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА*

1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского.

### *ПРИЧИНЫ ТЯЖЕЛОЙ АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ДОО*

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
2. Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно – гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.



*К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:*

- *самостоятельно садиться на стул;*
- *самостоятельно пить из чашки;*
- *пользоваться ложкой;*
- *активно участвовать в одевании, умывании.*