

# *Знающий родитель – легкая адаптация*



*Подготовил презентацию  
педагог-психолог  
Белевцева Оксана Сергеевна*

**Адаптация** (от лат. «приспособляю») – это сложный процесс приспособления организма. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям и замедлению темпа психофизического развития.



# Адаптационный период можно условно разделить на 3 этапа:

## **I этап - подготовительный.**

- Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа: сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

- Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии.

- Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

## **II этап – основной.**

**Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя.**

- Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения.
- Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, сможет найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.



## **III этап – заключительный**

- Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребёнка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально).
- В течении 1-й недели ребёнок посещает детский сад 2 часа, затем время увеличивают на 1,5-2 часа.
- Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

# Легкая адаптация.

Временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней).

Временное нарушение аппетита - (норма по истечении 10 дней).

Эмоциональное состояние - спокойное, уравновешенное, иногда капризы.

Деятельность – предметная деятельность или сюжетно-ролевая игра.

Отношения со взрослым - положительные по инициативе ребёнка

Отношения с детьми – положительные

Речь - инициативная (сам обращается ко взрослым и детям).

Таким детям присуща потребность в общении со взрослым и в самостоятельных действиях.

С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет. Ребёнок спокойно входит в группу, вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к взрослым.

## **Средняя степень адаптации.**

Все нарушения выражены более и длительно:

Нарушения сна и аппетита восстанавливаются в течение 20-40 дней

Эмоциональное состояние - неуравновешен, заплачет, если рядом нет взрослого, (эмоциональное состояние восстанавливается в течение 30 дней).

Деятельность – наблюдение, подражание взрослым.

Отношения со взрослым- положительные, по инициативе воспитателя.

Отношения с детьми – отсутствуют или положительные (ответные).

Речь - ответная (отвечает на вопросы детей, взрослых, речевая активность восстанавливается в течение 30-40 дней).

У таких детей развита потребность в общении со взрослым, в сотрудничестве с ним и получении от него сведений об окружении.

При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и нередко во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений. Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряженность первых минут постепенно спадает, ребенок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. Речь может быть развита как в пределах возрастной нормы, так и ниже или выше ее. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения.

## **Тяжелая степень адаптации.**

Сопровождается **снижением аппетита** (иногда возникает рвота при кормлении), **резким нарушением сна**.

Эмоциональное состояние - слёзы, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения).

Деятельность – отсутствует (т.е. ребенок избегает контактов со сверстниками, не вовлекается в игру)

Отношения со взрослым - отрицательные ребёнок не воспринимает просьб воспитателя.

Отношения с детьми – отрицательные, избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии.

Речь - отсутствует или связана с воспоминанием о близких.

У таких детей развита потребность в общении с близкими взрослыми, в ласке, заботе. В большей степени такие дети не отходят от воспитателя ни на шаг, держат его в поле зрения и буквально не выпускают из рук.

При тяжелой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

Практика показывает, что основными причинами тяжелой адаптации к условиям ДОО является:

- ✓ Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- ✓ Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
- ✓ Неумение занять себя игрушкой.
- ✓ Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
- ✓ Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

Единые требования к поведению ребенка в дошкольном учреждении и в семье составляют важное условие, способное облегчить адаптационный период.

**Адаптационный период считается законченным, если:**

- Ребенок ест с аппетитом;
- Быстро засыпает, вовремя просыпается;
- Эмоционально общается с окружающими;
- Играет.



**Помните!**

**Ребенок – самая большая ценность в вашей жизни.**

**Стремитесь понять и узнать его, относитесь к нему с уважением.**

**Родительской Вам мудрости и благополучия!**