

**Адаптация** к детскому саду-это тяжёлое время для каждого ребёнка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков.

Ведут себя дети в этот период по разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи ведут себя достаточно спокойно.

Выделяют три фазы адаптации:

**Острая фаза или период дезадаптации** – в это время у ребёнка могут наблюдаться частые заболевания, нарушения сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад.

Изменяется поведение: могут появляться упрямство, грубость и даже регресс в речевом развитии.

**Собственно адаптация**- в этот период ребёнок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется поведение.

**Фаза компенсации** - дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик. Ускоряется темп развития психологических процессов.

*Период адаптации может длиться от одной-двух недель до трёх-четырёх месяцев и зависит от многих причин: от возраста, состояния здоровья ребёнка, от особенностей нервной системы и т.п.*



### **Самое главное - ваше эмоциональное состояние!**

Принимаете ли вы для себя то, что ваш ребёнок будет посещать детский сад. Если вы негативно относитесь к садику, испытываете чувство вины за то, что приводите туда ребёнка и не ждёте от садика ничего хорошего – ваш ребёнок обязательно будет чувствовать то же самое. Если для вас садик – то новый этап в жизни вашего ребёнка, вы уверены в необходимости его посещения, в том, что ребёнку здесь будет хорошо – эти же чувства будут передаваться и ему!

**Скорее всего, ваш ребёнок прекрасно справится с изменениями в жизни.**

**Задача родителей** - быть терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радоваться при встрече с ребёнком, говорить приветливые фразы: я по тебе соскучилась, мне хорошо с тобой, я тебя люблю.

### **ОБНИМАЙТЕ РЕБЁНКА КАК МОЖНО ЧАЩЕ!**

Заведующий: Волкова Л.В.

Старший воспитатель:

Малюк Е.Ю.

Педагог-психолог:

Волкова А.Г.

353320 Краснодарский край

г. Абинск, ул. Комсомольская, 146

[detsad2abinsk@mail.ru](mailto:detsad2abinsk@mail.ru)

<http://ds2.abinskobr.ru/>

Тел: 8(861 50) 5-37-09

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 «Казачок» муниципального образования Абинский район

## **АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ**

*(советы ответственным родителям)*



## Как помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду?

-постарайтесь постепенно переходить в «режим» детского сада, даже если малыш остался дома, то время подъёма, приёма пищи, дневного сна должно соответствовать режимным моментам в детском саду;

- дорога в детский сад должна быть приятной для малыша, выходите с запасом во времени, ведите приятные беседы;

-приводить ребёнка первые дни вы будете не к завтраку, а к прогулке и оставлять на участке;

-не затягивайте процесс прощания, долгие объятия и поцелуи провоцируют детские слёзы;

-ребёнок должен почувствовать уверенность в вашем поведении, в правильности того, что детский сад необходим;

- не обманывайте малыша, говоря ему: «Я тебя сейчас заберу». Объясните: «Ты покушаешь, поиграешь с детьми, а потом я тебя заберу»;

-не огорчайтесь и не ругайте малыша за то, что он первое время может не кушать в саду, но постарайтесь и не встречать его с «мешком сладостей». Захватите с собой сок, а идя домой, покормите ребёнка как обычно.

- в присутствии ребёнка сообщайте знакомым: «А мы пошли в детский сад!». Малыш должен почувствовать свою значимость, определённую взрослость и Вашу эмоциональную поддержку.

- не провоцируйте ребёнка вопросами в присутствии посторонних: «Тебе нравится в детском саду? Ты хочешь ходить в садик?» побеседуйте с ним наедине в спокойной обстановке.

-постарайтесь в присутствии ребёнка не обсуждать свои опасения и недовольства детским садом, смысл ребёнок может и не

понять, а эмоциональная окраска ему будет волне ясна;

-слёзы во время утреннего расставания с родителями практически не являются индикатором уровня адаптации к детскому саду. Для Вас гораздо важнее **психосоматические параметры** состояния ребёнка, а именно: аппетит, уровень возбудимости.

-сейчас, как никогда, чаще хвалите ребёнка, говорите ему, что очень его любите, годитесь им - этим Вы формируете у него нормальную самооценку.

-беседуйте с воспитателями, задавайте вопросы всем специалистам детского сада.

## МЫ С РАДОСТЬЮ ПРИДЁМ НА ПОМОЩЬ ВАМ И ВАШЕМУ РЕБЁНКУ!

### Первые признаки того, что ребёнок адаптировался:

- Хороший аппетит
- Спокойный сон
- Охотное общение с другими детьми
- Адекватная реакция на предложения взрослого
- Нормальное эмоциональное состояние (жизнерадостный, активный, любопытный)

### ВАЖНО!

**Приём детей** осуществляется с 7ч.30мин.

Своевременный приход в детский сад – необходимое условие правильной организации воспитательного процесса.

**Об отсутствии ребёнка** по болезни или другим причинам необходимо заранее оповестить воспитателя.

**При пропуске** воспитателем более 5-ти дней предоставляется справка от врача.

### Что нужно взять с собой в детский сад?

- Сменную обувь (по размеру), (желательно на липучках, чтобы ребёнок приучался самостоятельно обуваться);
- 2 комплекта сменного белья(носочки, трусики, маечки, колготки, футболки и шорты(штанишки)для мальчиков, юбки и футболки(платья)для девочек);
- Пакет для хранения использованного белья;
- Достаточное количество носовых платков (салфеток, в т. ч влажных);
- Вся одежда и обувь должна быть промаркирована.



### Что не следует приносить в детский сад?

- Колющие и режущие предметы;
- Мелкие игрушки;
- Сладости и другие продукты;
- Мобильные устройства, пластиковые карты

