

# Адаптация к ДОУ детей раннего возраста.



Руководитель ГМО  
воспитателей групп раннего  
возраста

Поднозова Н.А.  
старший воспитатель  
МДОАУ № 17

## Тема: Адаптация детей раннего возраста к условиям детского сада

**Адаптация** – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

**Адаптация** является активным процессом приводящим к:

- Позитивным результатам (адаптированность)
- Негативным (стресс)





## **Уровни адаптации**

**Физиологический**

**Психологический**



## Физиологический (надо привыкнуть)

К новому режиму, ритму  
жизни, новым нагрузкам  
(необходимости сидеть,  
слушать, выполнять  
команды)

Необходимости  
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым  
помещениям.  
освещенности, запахам



## Психологический (предстоит привыкнуть)

К отсутствию значимого  
взрослого ( мамы, папы...)

Необходимости в одиночку  
справляться со своими  
проблемами

Большому количеству новых  
людей и необходимости с ними  
взаимодействовать

Необходимости отстаивать  
свое личное пространство





2.4

## Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников

**Цели и задачи партнерства с родителями (законными представителями)**



**Семья является институтом первичной социализации и образования**



## **Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации**

**Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:**

- **самостоятельно есть разнообразную пищу;**
- **своевременно сообщать о своих потребностях: проситься в туалет или на горшок;**
- **мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;**
- **Перед поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;**
- **С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).**



# Алгоритм прохождения адаптации

## Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка , нужно сделать его постепенным( у каждого ребенка проходит индивидуально):

- В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;
- В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1-1,5 часа (дети проходят основные режимные моменты);
- Полная адаптация – 10-12 недель.



## Правила введения ребенка в ДОУ

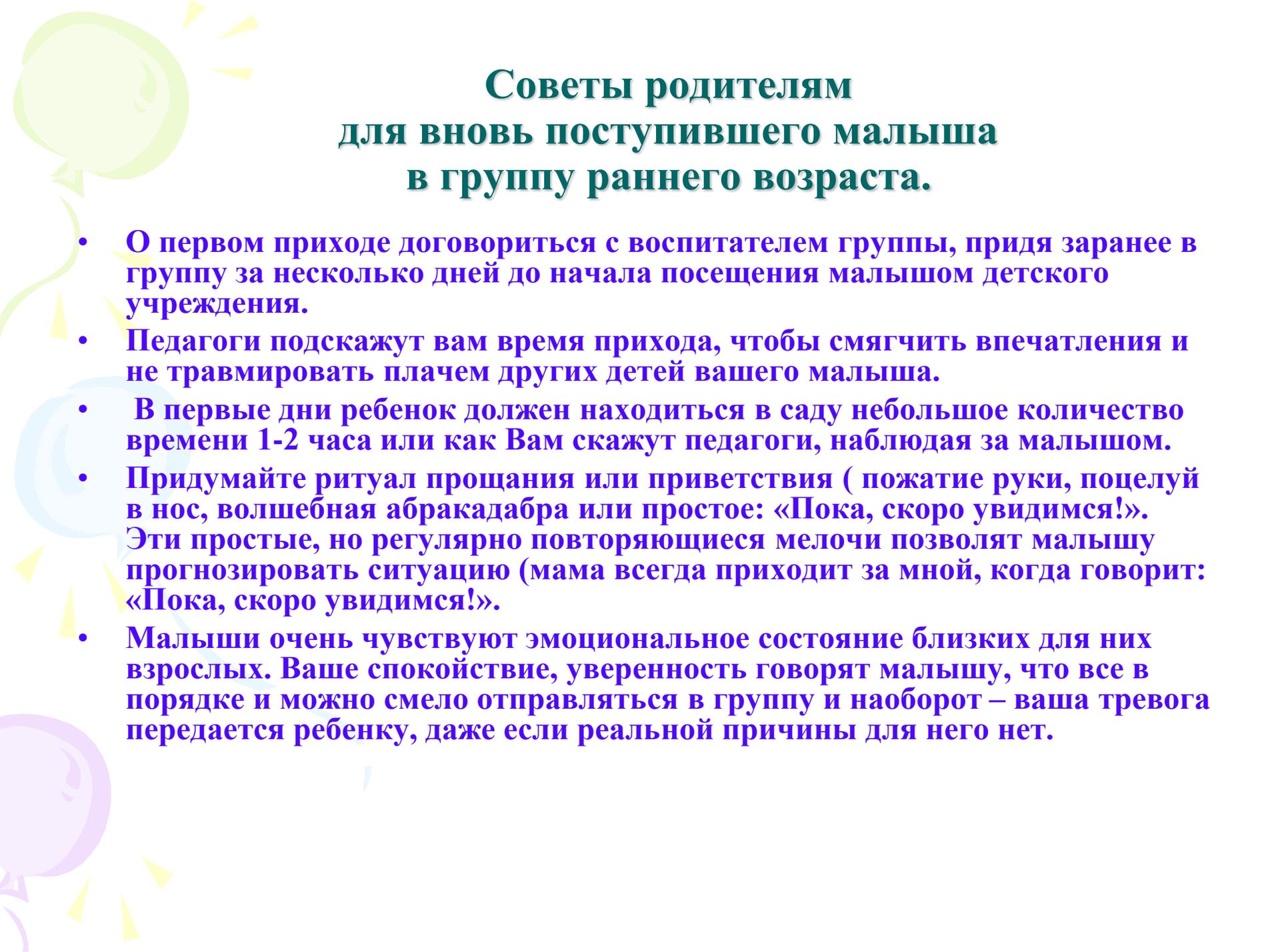
1. **Ступенчатая адаптация.**
2. **Полная адаптация – 10-12 недель.**
3. **При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребенка целесообразно воздержаться от посещения д/с на 2-3 дня.**
4. **В период адаптации сохраняются все привычки ребенка (включая вредные).**
5. **Важно оказывать положительную эмоциональную поддержку ребенку в период его пребывания в детском саду (от порога д/с до порога дома).**
6. **Воспрещается в период адаптации делать прививки, инъекции.**
7. **Повышенное наблюдение за состоянием носоглотки ребенка.**
8. **Единство и постоянство требований со стороны всех взрослых (большое количество запретов влияет на нервную систему ребенка).**



## Советы родителям

**В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:**

- **Устройство лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов ( это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);**
- **В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;**
- **В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;**
- **В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу , заботливы и терпеливы;**
- **Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей, не покупайте новых игрушек ;**



## Советы родителям для вновь поступившего малыша в группу раннего возраста.

- О первом приходе договориться с воспитателем группы, придя заранее в группу за несколько дней до начала посещения малышом детского учреждения.
- Педагоги подскажут вам время прихода, чтобы смягчить впечатления и не травмировать плачем других детей вашего малыша.
- В первые дни ребенок должен находиться в саду небольшое количество времени 1-2 часа или как Вам скажут педагоги, наблюдая за малышом.
- Придумайте ритуал прощания или приветствия ( пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!»). Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!»).
- Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.



## Советы родителям

- Первое время около месяца, стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
- Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.
- Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы



## Советы родителям

- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.



## *Признаки успешной адаптации малыша в д/с:*

- **Нормальный сон** (засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне);
- **Хороший аппетит;**
- **Нормальное поведение, дома ведет себя обычно** – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;
- **Нормальное настроение, легко просыпается утром;**
- **Желание идти в детский сад.**



## *Признаки дезадаптации:*

- **Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;**
- **Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;**
- **Появление вялости, капризности;**
- **Появление агрессивности, часто меняется настроение;**
- **Ребенок стал чаще болеть**



## *Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:*

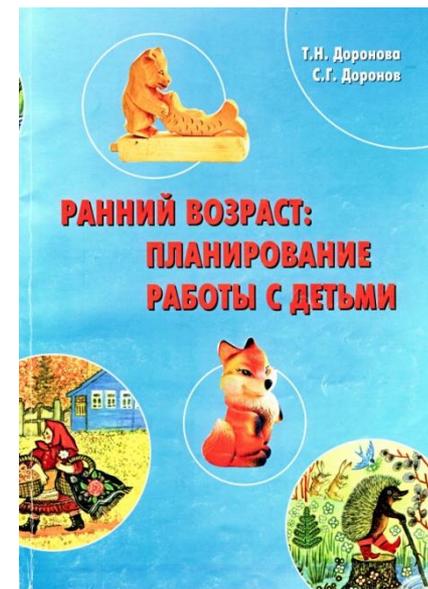
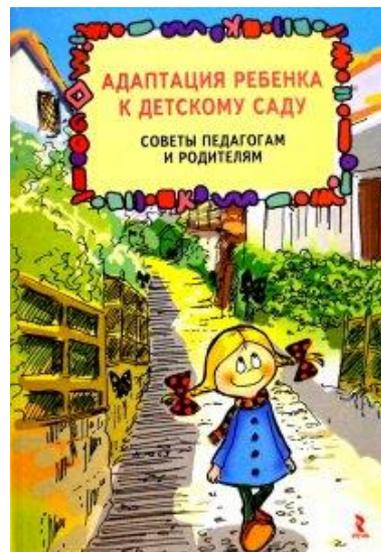
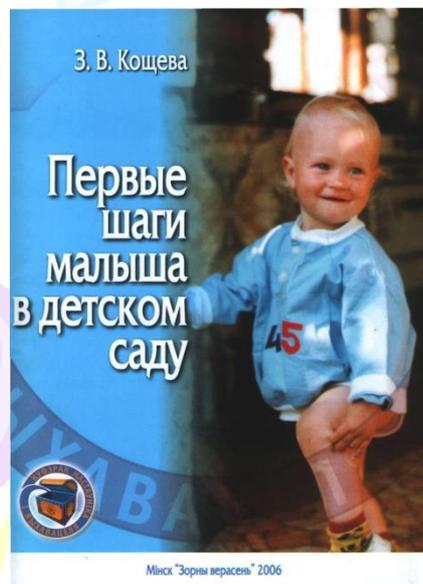
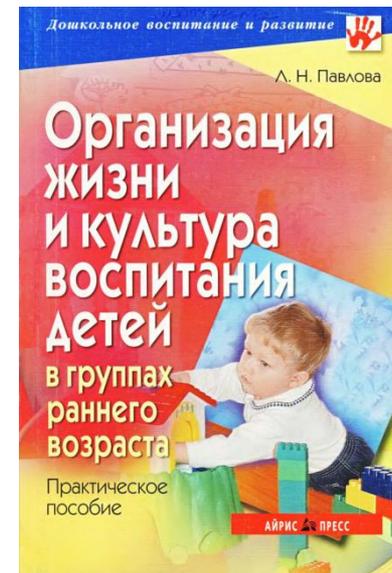
- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Несоблюдение режима дня дома



**Помните всегда:**

*От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка. Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут". По утрам, когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроением обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для вашего малыша*

# Литература



# Как не надо родителям вести себя с ребёнком

- В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде, педагогах или обсуждать связанные с ним проблемы.
- «Наказывать» ребенка детским садом и в числе последних забирать его домой.
- Мешать его контактам с детьми в группе: родитель, оставаясь в группе наблюдать за своим ребенком порождает ситуацию двойственности, которая усугубляет в ребенке качество нерешительности и препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.
- Наказывать за детские капризы. Обратите внимание: ребенок капризен и своеволен лишь тогда, когда ему действительно ничто не угрожает. Балуюсь, он испытывает и себя, и мир на прочность, он определяет до каких допустимых границ могут простираться его действия в этом мире. При малейшем страхе, намеке на опасность он бежит искать защиты и помощи у взрослых, становясь образцом послушания. Это – признание своей ошибки и просьба о помощи. Ведь своего опыта еще нет. Требуется грамотная помощь взрослых: в трудной ситуации – дать образец новой формы поведения в изменившихся условиях.

## ПАМЯТКА

### «Правила, которые необходимо соблюдать педагогам в период адаптации ребенка к детскому саду»

- Знать сильные и слабые стороны ребенка и учитывать их в различных совместных видах деятельности и общении.
- Проявлять искреннюю заинтересованность в его действиях и быть готовым к эмоциональной поддержке, установить хорошие доверительные отношения с ребенком.
- Не проявлять излишнюю настойчивость в формировании навыков самообслуживания.
- Помогать во всем, о чем просит ребенок, а тех детей, которые не умеют что-то делать, терпеливо учить, одновременно помогая им.
- Одевать, кормить, причесывать ребенка ласково, желательно разговаривая с ним или приговаривая потешки.
- Постоянно одобрять малейшие проявления самостоятельности у малыша.
- Хвалить ребенка за любое достижение, оценивать те усилия, которые ему потребовались для того, чтобы убрать что-то и т. д.
- Относиться к ребенку как к равному.
- Подчеркивать его индивидуальность и неповторимость.

# Развитие самостоятельности у детей раннего возраста.

С первых дней пребывания ребенка в д\с взрослые должны стараться обеспечить, прежде всего, психологический и физический комфорт для детей.

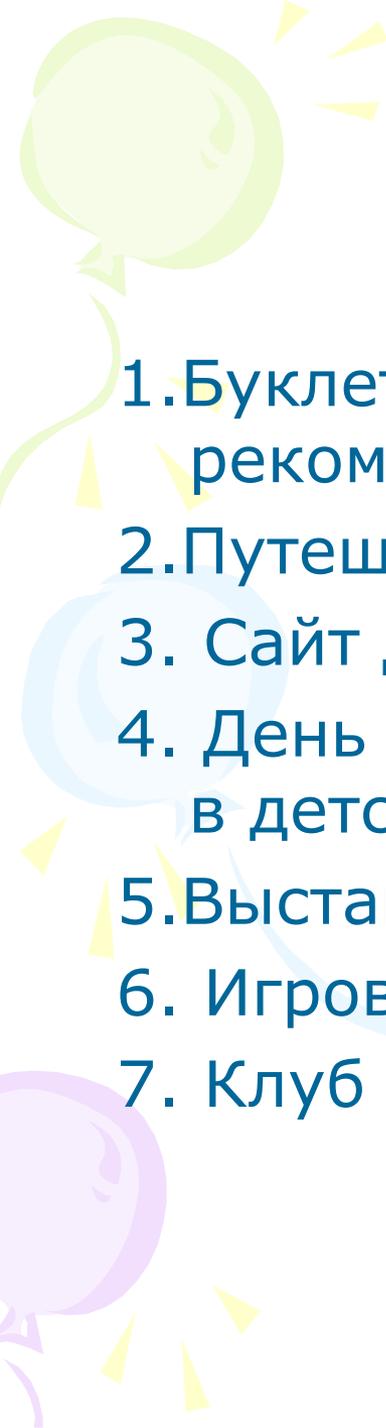
Это определяет возможность решить самые заметные проблемы, которые возникают в первые месяцы посещения д\с. Для комфортного самочувствия ребенка в этот период большое значение имеет то, в какой мере у него сформированы необходимые КГН и привычки, навыки самообслуживания (одевания, еды и др) .

Между тем не во всех семьях уделяется достаточное внимание формированию этих навыков и привычек (еще маленький, в д. с научат и т. д.) . Многие дети приходят в д\с, не умеют самостоятельно есть, не просятся на горшок - привыкли к памперсам, не умеют раздеваться, пользоваться носовым платком, мылом, полотенцем и т. д.

Вырабатывать у детей КГН необходимо терпеливо, спокойно, лишь постепенно усложняя требования. Требования, предъявляемые ребенку, должны быть посильны и выполнимы.

# Развитие самостоятельности у детей, советы

- Обучайте ребенка. Выделите время и покажите малышу, как одевать варежки или действовать вилкой. Устройте небольшое, но веселое соревнование на скорость.
- Ограничьте критику. Вполне вероятно, что наливая себе воду, ребенок зальет скатерть, а стараясь "починить" машинку, сломает ее. Развитие самостоятельности у детей нельзя останавливать, если нет угрозы для здоровья. Но даже запрещая, к примеру, брать в руки острый нож, объясняйте спокойно, не допуская ругани.
- Хвалите ребенка. Без стимула пропадает желание действовать. Заметьте, что малыш сам поставил посуду в раковину и похвалите его.
- Принимайте и по возможности прислушивайтесь к мнению Вашего ребенка. Он вполне может проявить себя при выборе прически, одежды, цвета обоев в комнате.
- Совместная работа легче и увлекательнее. Вытрите вместе пыль, полейте цветы, поработайте над решением задачи. Основную инициативу при этом незаметно предоставьте ребенку.



# Формы работы с родителями

1. Буклеты, памятки, газеты о детском саде и с рекомендациями.
2. Путешествие по детскому саду (виртуальное)
3. Сайт ДООУ.
4. День открытых дверей «Мамин день», «В гости в детский сад».
5. Выставка творчества будущих воспитанников.
6. Игровые сеансы.
7. Клуб молодых родителей.



**Правило первое: режим дня**  
 Как ребенок будет адаптироваться к детскому саду, зависит от организации режима дня дома. Чем больше условия жизни дома будут приближены к детскому учреждению, тем быстрее привыкнет ребенок к жизни в детском саду.  
 Режим - это рациональное и четкое чередование сна, еды, прогулки, различных видов деятельности в течение суток. Надо приучить ребенка с самого рождения ложиться спать в одно и то же время, перед сном обязательно проветрить комнату, прочитать добрую сказку.  
 Чтобы ребенок был здоровым и веселым, нужно правильно сбалансировать питание. Питание для малыша - это строительный материал для его растущего организма. Пища должна быть разнообразной. Малыш не должен разговаривать во время еды и заниматься посторонними делами.  
 Прогулка - это неотъемлемая часть режима каждого дня. Знакомство с природой - животными и растениями - это развивается лучше, учится быть наблюдательным. Он получает элементарное представление об окружающем мире.  
 Чтобы для ребенка не был стрессовым режим дня дошкольного учреждения, дома должны быть созданы условия, приближенные к режиму учреждения, - уточните заранее режим дня в детском саду и постепенно выстраивайте свой. Несовпадение этих режимов плохо сказывается на состоянии ребенка, он становится капризным, безразличным к происходящему. Для самочувствия ребенка в адаптационный период большое значение имеет то, в какой мере сформированы у него навыки самостоятельности. К приходу в детский сад малыш должен уметь: самостоятельно кушать, ходить на горшок, одеваться, положительно относиться ко всем культурно-гигиеническим навыкам.

### КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретит ребенка? Будет ли ему хорошо в детском саду? Как это будет кушать, спать, узнавать людей? Больше это можно объяснить: родители впервые оставляют ребенка с незнакомыми людьми. До этого все происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребенка в детском саду?

Это волнение устобавляется, если ребенок не хочет расставаться с любимыми и близкими, отказывается порой идти в группу. Мамы или прощаются еще болями сочувствия к ребенку, порой в ушах интонация сочувствия, или стараются разговаривать на слезы и просятся сына, дочери, милая идут их в детский сад.

Все эти дети идут сюда одинаково при поступлении в детский сад? Один дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирает, чем им заняться, и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третий просят по отношению к воспитателю нежным, отклоняют все предложения, боятся не только расставаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

**Причины могут быть самыми разными:**

- отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского учреждения;
- наличие отрицательных признаков (состояние оскли, укачивание при укладывании);
- неумение занять себя игрушкой;
- несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др.

### ПЕРВЫЙ РАЗ В ДЕТСКИЙ САД!

**Уважаемые родители!**  
 Мы очень рады всех Вас видеть! Вы сейчас вступаете в важный период вашей жизни и жизни вашего ребенка - он идет в детский сад. И для того чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать побольше об особенностях этого сложного периода.

В возрасте 1,5 - 3 лет у ребенка все взаимосвязано: состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и нервнопсихическое развитие. Это самый благодатный возраст - наиболее ощутимы изменения: малыш начал разговаривать, сам собирать или разбирать пирамидку, задавать первые вопросы «почему?», «куда?». И это далеко не всё.



## Советы психолога

Основные особенности нормально текущего периода адаптации.

- **Нарушение настроения.** Слезливость, капризность; возбудимость, агрессивные проявления.
- **Нарушения сна.** Дети часто начинают хуже спать, с трудом засыпают вечером.
- **Нарушение аппетита.** Дети начинают плохо есть по той причине, что им предлагают непривычную еду.
- **Понижение иммунитета.** Вследствие стресса у маленьких детей страдает иммунная система, они начинают часто болеть, реагируют на переохлаждение, перегревание,

сквозняка гораздо чаще, чем в обычном состоянии.

- **Нарушение поведения.** Ребенок не хочет отпускать маму ни на минуту, начинает бояться чужих людей. Иногда наблюдается утрата навыков самообслуживания.

*Родители, помните, что для малыша привыкание к детскому саду—это первый опыт, что плаксивость— нормальное состояние дошкольника в периода адаптации.*

Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день, - это верный знак того, что он освоился.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!