Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации и после адаптационного периода к ДОО

Важен Ваш уверенный и позитивный настрой на детский сад.

Рассказывайте, что хорошего и интересного его ждет в детском саду.

Дайте ребёнку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.

Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).

После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.

Уважаемые родители, проявляйте к своему ребёнку любовь, заботу и внимание. Будьте терпеливы, спокойны и у Вас все получится!

Буклет составил
педагог-психолог
Прийма Ирина Августовна

Адаптация ребёнка к детскому саду

Буклет для родителей

МБДОУ д/с №8 «Огонёк»

МО г-к АПАНА

сентябрь

2020 год

Адаптация (от латин. «приспособляю») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Это приспособление организма к изменившимся условиям жизни, к новой обстановке.

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: лёгкую, среднюю и тяжелую. При **легкой степени адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течение месяца. Аппетит 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 течение 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 ребёнка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плач, негодующий крик, подавленное состояние, напряженность.

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

1. Отсутствие в семье распорядка совпадающего с распорядком детского сада.
2. Неумение занять себя игрушкой.
3. Элементарные культурно-гигиенические навыки не усвоены.
4. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

На то, как будет протекать процесс адаптации, влияют следующие факторы:

1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития культурно-гигиенических навыков.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего распорядка к распорядку детского сада.

К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- самостоятельно пить из чашки;

- пользоваться ложкой;

- активно участвовать в одевании, умывании;

- дневной сон должен быть неотъемлемой частью для ребёнка, включая выходные дни дома

Ребёнок начал ходить в детский сад

1. Установите тесный контакт с воспитателями группы, со специалистами детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно. не оставляйте его в течение первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребёнка.
4. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку.
6. Не перегружайте ребёнка новой информацией.