

## Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад

Установите тесный контакт с работниками детского сада.

Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течении первой недели на весь день в детском саду.

Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка

С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.

Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные

Не перегружайте ребёнка новой информацией

Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

## Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации к ДОО

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.

2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в

3. Дайте ребёнку с собой его любимую

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

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

6. Устройте небольшой семейный праздник вечером

Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.  
Будьте терпеливы и у Вас вместе все получится!

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №18

# Адаптация ребенка к детскому саду

Воспитатель  
Овчаренко Ю.А.

Армавир 2019

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

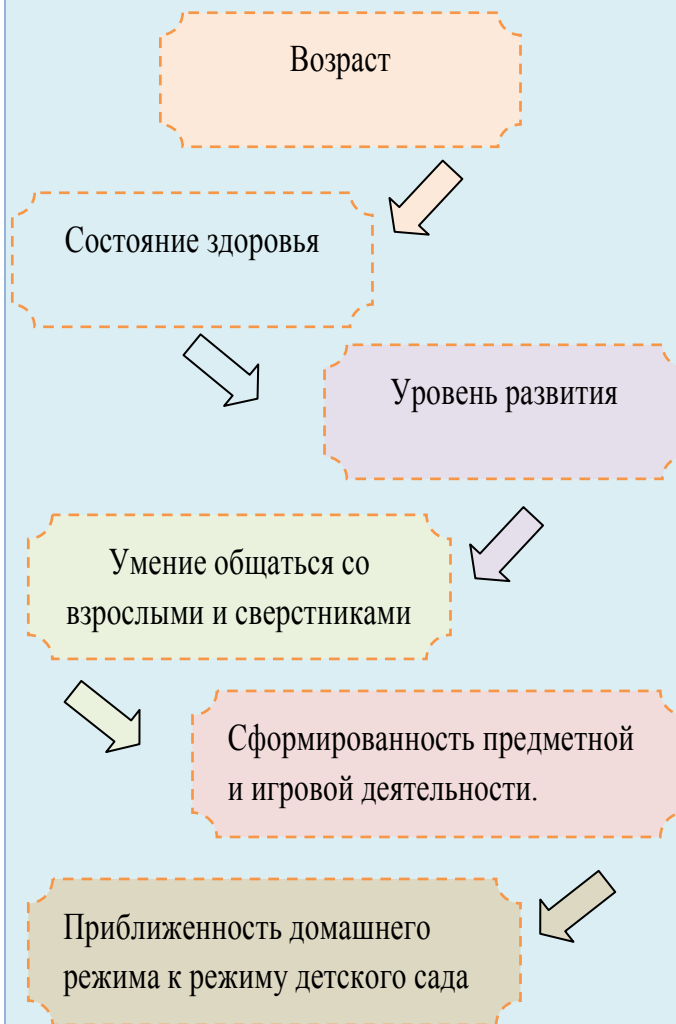
Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую.

При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течении 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 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, плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.

## Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода



## 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.

