

# Адаптация ребенка к условиям детского сада



Воспитатели группы «Дюймовочка»  
Арбузова Надежда Николаевна  
Стрелецкая Елена Григорьевна

# Адаптация



**Биологическая адаптация – это перестройка физиологических систем организма, обеспечивающая целесообразное приспособление к новым условиям.**

**Социальная адаптация – способность изменить свое поведение в зависимости от новых социальных условий.**

# Факторы влияющие на протекание адаптации

## Возраст ребенка

1.5 года - 2 года



Старше 3-х лет



# Поведение ребенка в период адаптации

- повышенная плаксивость
- капризность
- нервозность
- резкая смена настроения
- появление вредных привычек
- изменение поведения и привычек



# Кому адаптироваться легче

**Детям , которых готовили к посещению детского сада заранее**



**Детям , физически здоровым**

**Детям , имеющим навыки самообслуживания**



# Подготовка ребенка к детскому саду

Укрепление здоровья, физическое развитие



Эмоциональная готовность

Развитие самостоятельности



Режим дня  
и рацион питания

# Эмоциональная готовность

**Знакомство с детским садом**



**Подготовка к расставанию с мамой**



# Подготовка к режиму детского сада



Построить своим режим дня дома  
схожим с режимом для детского сада

Ранний утренний подъем

Обязательный дневной сон с 13.00-15.00

Прогулки на улице на детских площадках

Ночной сон не позднее 21.00



# Рацион питания приближен к меню детского сада

Молочные продукты (творог, кефир, йогурты)

Различные каши (молочные и на воде)

Супы

Компоты, кисели



Мясные изделия (котлеты, биточки) и т.п.

# Развитие самостоятельности

**Самостоятельно одеваться, раздеваться и умываться с небольшой помощью взрослых**



**Аккуратно складывать свои вещи**



**Самостоятельно и аккуратно кушать**



**Мыть руки и умываться перед и после еды, после прогулки и посещения туалета**

# Приучать к культуре поведения

**Здороваться со взрослыми и детьми**

**Употреблять слова просьбы, благодарности  
(дайте пожалуйста, можно взять, спасибо)**

**Культура поведения на  
улице и в помещении**



# Формировать умения общения со сверстниками

Посещать детские площадки, чтобы ребенок играл вместе с другими детьми



Развивать игровую деятельность



# Первое время посещения детьми детского сада

Ознакомление воспитателя с особенностями ребенка,  
его привычек.



Избегать посещение публичных мест,  
с большим уровнем шума.

Создание дома комфортную, спокойную обстановку.

Спокойно относиться к плачу  
и смене настроения у ребенка.



Снизить собственную тревожность за ребенка.

# Не делайте ошибок!

**НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ ЗА ПЛАЧЬ.**

**НЕЛЬЗЯ ПУГАТЬ ДЕТСКИМ САДОМ.**

**НЕ ОТЗЫВАТЬСЯ О ВОСПИТАТЕЛЯХ  
И О ДЕТСКОМ САДИКЕ ПЛОХО ПРИ РЕБЕНКЕ.**

**НЕЛЬЗЯ ОБМАНЫВАТЬ РЕБЕНКА.**

**Спасибо за внимание!**

