

6. Не задерживаться в приемной слишком долго, не затягивать процесс расставания.

7. Пусть ребенка водит в сад тот с кем ему легче расстаться.

8. Ребенок может взять с собой любимую игрушку. Можно это всё обыграть. Например: «Вот твой любимый Зайка очень хочет посмотреть на твой садик. Познакомь его с другими детьми и игрушками.»

9. Не обманывать ребенка о том, когда вы его заберете из детского сада. Ведь ребенок будет ждать и если вы не придете, когда пообещали, то он будет думать, что его бросили. И так как у детей данного возраста еще не сформировано чувство времени, необходимо сообщать события, после которых вы придете. Например: после сна, или после того как он пообедает.

10. И дома и в детском саду говорите с малышом уверенно и спокойно. Доброжелательным тоном комментируя всё что вы делаете, объясняя зачем, сообщая ребенку что его ждет дальше.

### **Что способствует лучшей адаптации?**

- 1. Соблюдение рекомендаций.**
- 2. Крепкое здоровье.**
- 3. Навык самообслуживания.**
- 4. Домашний режим максимально приближенный к режиму детского сада.**

**МДОУ детский сад №4 «Калинка»  
комбинированного вида  
г. Валуйки**

## **Успешная адаптация в детском саду.**



Подготовила:  
педагог – психолог  
Стрельцова Мария Геннадьевна.

**Адаптация** - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. Адаптация ребенка к ДОУ может длиться от 2-х недель до 1.5 месяцев. **Признаками того что адаптационный период завершён являются:**

- *Здоровый аппетит;*
- *Сон;*
- *Отсутствие плача при расставании;*
- *Проявление познавательной активности и интереса к окружающим (дети, игрушки).*

Стресс приводит к тому, что ребёнок слабеет, снижается сопротивляемость организма инфекциям и он может заболеть в первый месяц (а то и раньше) посещения садика. Часто случается так, что причина постоянных простуд и хронических ОРЗ вовсе не медицинская, а психологическая. Один из известных механизмов психологической защиты так и называется - бегство в болезнь. Не надо думать, что ребенок простужается нарочно, мечтая остаться дома. Это стремление он испытывает неявно, неосознанно, не

отдавая себе в нем отчета. И организм подчиняется этой скрытой тенденции: начинает демонстрировать удивительную ослабленность, с легкостью подпадает под любое отрицательное влияние, отказывается противостоять простуде. Любые меры по закаливанию и укреплению организма, безусловно, оправданы и целесообразны. Но не меньшее значение имеют родительские усилия по восстановлению душевной гармонии ребенка. Нередко, добившись эмоционального равновесия, удается преодолеть и склонность к болезням.

Конечно, многие мамы ждут, что негативные моменты поведения и реагирования малыша уйдут в первые же дни. И расстраиваются или даже сердятся, когда этого не происходит. ***Как же помочь ребенку адаптироваться к условиям ДОУ?***



## **Рекомендации для родителей детей поступающих в ДОУ.**

1. Прививать навык самообслуживания с учетом возрастных норм и индивидуальных особенностей.
2. Заранее познакомить ребенка с детским садом. Мультфильмы, книги, сказки, рассказы. Познакомить с воспитателем, группой. Рассказать о том, чем он будет заниматься в детском саду.
3. В присутствии ребенка отзываться положительно о детском саду и воспитателях.
4. Не ругать ребенка и не наказывать если он плачет при расставании или упоминании о детском саду.
5. Не пугать детским садом: «Будешь баловаться пойдешь в Д\с!»