

Ребёнок начал ходить в детский сад, что делать

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течении первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
5. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании.
6. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
7. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.



Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОУ

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.
2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.
6. Устройте небольшой семейный праздник вечером.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Возраст.
2. Состояние здоровья.
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ

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.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- ***самостоятельно садиться на стул;***
- ***самостоятельно пить из чашки;***
- ***пользоваться ложкой;***
- ***активно участвовать в одевании, умывании.***



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.



Адрес МАДОУ «Детский сад № 26»
Свердловская область, город Верхняя
Пышма, ул. Петрова 55 А
Телефон (8 343 68) 7-90-41

**Дни приема педагога-психолога
родителей**

- Среда с 15.30- 17.00.
- Пятница с 10.00.-11.00.

***Демонстрируйте ребёнку
Свою любовь и заботу.***

**МАДОУ «Детский сад № 26»
СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА**

Адаптация ребенка К ДЕТСКОМУ САДУ



**Педагог-психолог Попова Г.М.
ГО Верхняя Пышма**

