

Родительское собрание

В первой младшей группе «Ягодка»
МАОУ СОШ № 16 им. В.П.
Неймышева
Воспитатель: Болдырева А.А

Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

Адаптация является активным процессом приводящим к:

- Позитивным результатам (адаптированность)
- Негативным (стресс)

При этом выделяются критерии успешной адаптации:

- Внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность)
- Внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования)

Адаптация

```
graph TD; A[Адаптация] --> B[Уровни адаптации]; B --> C[Физиологический]; B --> D[Психологический];
```

Уровни адаптации

Физиологический

Психологический

Адаптация

Физиологический
(надо привыкнуть)

К новому режиму, ритму
жизни, новым нагрузкам
(необходимость сидеть,
слушать, выполнять инструкции)

Необходимости
самоограничений

Невозможности уединения

Новой пищи, новым
помещениям.
освещенности, запахам

Адаптация

```
graph TD; A[Адаптация] --> B[Психологический (предстоит привыкнуть)]; B --> C[К отсутствию значимого взрослого ( мамы, папы...)]; B --> D[Необходимости в одиночку справляться со своими проблемами]; B --> E[Большому количеству новых людей и необходимости с ними взаимодействовать]; B --> F[Необходимости отстаивать свое личное пространство];
```

Психологический
(предстоит привыкнуть)

К отсутствию значимого
взрослого (мамы, папы...)

Необходимости в одиночку
справляться со своими
проблемами

Большому количеству новых
людей и необходимости с ними
взаимодействовать

Необходимости отстаивать
свое личное пространство

Адаптация

Физиологическая адаптация зависит от общего физиологического состояния ребенка (здоровья, иммунитета), также от образа жизни, предпочтений в питании.

Адаптация

Как должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации

Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- самостоятельно есть разнообразную пищу;
- своевременно сообщать о своих потребностях: просится в туалет или на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком;
- Пред поступлением в детский сад домашний режим целесообразно приблизить к режиму детского учреждения;
- С персоналом группы необходимо познакомиться заранее (рассказать о его привычках, особенностях поведения).

Советы родителям

- Придумайте ритуал-прощания или приветствия (пожатие руки, поцелуй в нос, волшебная абракадабра или простое: «Пока, скоро увидимся!»). Эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной, когда говорит: «Пока, скоро увидимся!»).
- Малыши очень чувствуют эмоциональное состояние близких для них взрослых. Ваше спокойствие, уверенность говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу и наоборот – ваша тревога передается ребенку, даже если реальной причины для него нет.

Советы родителям

- Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома;
- Искренне радуйтесь успехам малыша и ищите как можно больше плюсов;
- В саду дети очень скучают по родителям, дома не отправляйте его играть с игрушками, если он хочет побыть с вами;
- Создайте дома атмосферу уютной тишины и спокойствия;
- Перед сном почитайте малышу книжку, послушайте музыку, спокойно поговорите о чем-нибудь.

Советы родителям

Признаки успешной адаптации малыша в д/с:

- Нормальный сон(засыпает как обычно, по ночам не просыпается, не плачет, не разговаривает во сне;
- Хороший аппетит;
- Нормальное поведение, дома ведет себя обычно – не цепляется за маму, не бегает, не капризничает и т.п.;
- Нормальное настроение, легко просыпается утром;
- Желание идти в детский сад.

Советы родителям

Признаки дезадаптации:

- **Нарушение сна, плохо засыпает, часто просыпается по ночам, разговаривает во сне, много ворочается, чаще встает по ночам на горшок или начинает писаться в кровати;**
- **Нарушение аппетита, отказывается от еды, ест мало, жалуется на боли в животе;**
- **Появление вялости, капризности;**
- **Появление агрессивности, часто меняется настроение;**
- **Ребенок стал чаще болеть**

Советы родителям

Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:

- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу;
- Воспитание ребенка в духу вседозволенности;
- Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п.;
- Болезненность малыша;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

Советы родителям

Помните всегда:

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка.

Никогда не говорите фразы типа: "Вот будешь вести себя плохо, в садике тебя накажут". По утрам когда собираетесь в дет сад , старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроем обсуждайте предстоящий день. Тогда он точно будет удачным и для вас и для ребенка