

# **Консультация для родителей «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду»**

**Подготовила: Гаргаполова  
Анна Вадимовна, воспитатель  
детей раннего возраста  
БМАДОУ «Детский сад №35»**

**Адаптацией** принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков.

**Например**, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается.

Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

# Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

**При легкой адаптации** отрицательное эмоциональное состояние длится недолго.

В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми.

Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется.

Ребенок как правило не заболевает в период адаптации.



**При адаптации средней тяжести** эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями.

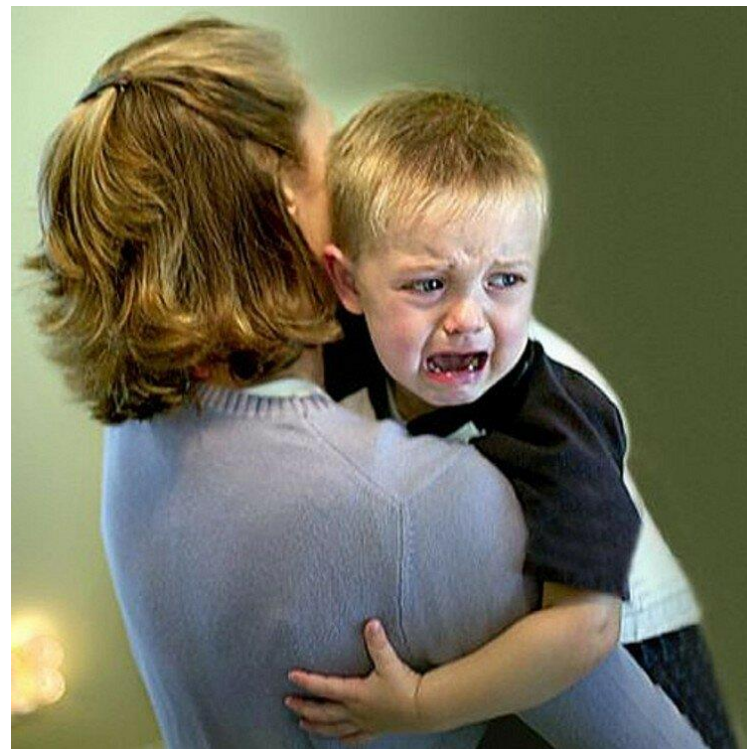
Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.



**Самой нежелательной является тяжелая адаптация, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев).**

**В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения.**

**Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей.**



# Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:

- \* глубокий сон;
- \* хороший аппетит;
- \* бодрое эмоциональное состояние;
- \* полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- \* соответствующая возрасту прибавка в весе.

Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.



# Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;
- приподнять как можно больше предметов на ладонях.

Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течении одной минуты.





# Игра «Рисунки на песке»

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок.

А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.




# Игра «Разговор с игрушкой»

Наденьте на руку перчаточную игрушку.  
На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д.  
Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками.

Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.





**Уважаемые родители чаще  
играйте со своими детьми!  
Они будут окружены любовью,  
заботой и легче перенесут  
адаптацию к детскому саду!**