

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №30»

Общее родительское собрание

**Адаптация и сохранение
здоровья ребенка
в семье и в ДОУ**

Что такое адаптация



- - «Адаптация» в переводе означает «*приспособление*»
- Адаптация – сложный процесс приспособления организма к новым условиям
- Адаптация – сложный и постепенный процесс, имеющий свою продолжительность у каждого ребёнка

Проявления

«адаптационного синдрома»

- Ребенок сильно и продолжительно плачет
- Нарушается аппетит, сон (дети могут потерять в весе)
- Наблюдается регресс функций (теряются ранее приобретенные функции)
- Проявляются психосоматические признаки (повышение температуры, артериального давления, боли в животе, расстройство стула, рвота, тремор рук)

Проявления «адаптационного синдрома»

- Появляются страхи, замкнутость, неуверенность или агрессия
- Ребенок постоянно спрашивает «Где мама?», жметя к взрослому или наоборот не подпускает его к себе
- Родители отмечают, что ребенок вздрагивает во сне, гоняется за матерью, не отпускает ее от себя
- Изменяется активность ребенка
- Возрастает число психосоматических заболеваний

Факторы, осложняющие адаптацию ребенка к ДОУ

- Мальчики хуже адаптируются, чем девочки
- Медлительные дети не успевают за темпом жизни в детском саду
- Дети-интроверты более замкнуты и медленнее приспосабливаются к изменившимся обстоятельствам
- дети-левши более чувствительны к воздействию эмоциональных факторов
- Нервно и соматически ослабленные дети
- Чрезмерно опекаемые родителями дети
- Дети из «закрытых» семей (малоконтактных)

степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода

легкая До 20 дней	средняя До 30 дней	тяжелая До 60 дней
Настроение бодрое, в сочетании с утренним плачем, отношение с взрослым не нарушено, отвлекаем, не наблюдается задержки нервно-психического развития, не болеет или болеет 1 раз	В течение месяца настроение неустойчивое, эмоционально-возбужденное, отношение к взрослым и детям избирательное, некоторое снижение веса, заболевания до 2 раз, без осложнений	Проявления невротических реакций: плохой сон, нарушение аппетита продолжительный и длительный плач, отвлекаемость, замкнутость или агрессия, страхи, неуправляемое поведение. Истерические реакции, тремор, длительные заболевания

Причины тяжёлой адаптации к условиям ДОУ

- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада
- Наличие у ребёнка своеобразных привычек
- Неумение занять себя игрушкой
- Не сформированность элементарных культурно-гигиенических навыков
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми

Ребёнок начал ходить в детский сад:



- Установите тесный контакт с работниками детского сада.
- Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно.
- Не оставляйте ребёнка в саду более чем на 8 часов.
- Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребёнка.
- Поддерживайте дома спокойную обстановку.
- Не перегружайте ребёнка новой информацией.
- Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.
- Не наказывайте детским садом
- Поиграйте с ребенком в детский сад

Ребёнок плачет при расставании с родителями:

- Рассказывайте ребёнку, что ждёт его в детском саду
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребёнком своего беспокойства
- Дайте ребёнку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке)
- Будьте внимательны к ребёнку, когда забираете его из детского сада
- После детского сада погуляйте с ребёнком. Дайте ребёнку возможность поиграть в подвижные игры.

Признаки успешной адаптации

- *ребёнок с аппетитом ест*
- *быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении*
- *играет один или со сверстниками.*





Спасибо за внимание!