

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 25 «Малыш»**



**Консультация для родителей
«Адаптация детей к условиям детского сада»**

Составитель: Здаревская О.Н.,
воспитатель группы раннего возраста



МО Карпинск

2026



«Адаптация детей к условиям детского сада»

Детский сад — новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на садик плачем. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период.

Адаптация — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Выделяют два вида адаптации:

1. **Биологическая адаптация** - это перестройка физиологических систем организма, обеспечивающая приспособление к новым условиям. Именно при биологической адаптации возникает снижение защитных функций организма, вследствие чего дети могут начать болеть чаще, чем это было тогда, когда они находились дома. Но все это временно, как только организм привыкнет к изменениям, все это пройдет.

2. **Социальная адаптация** – это перестройка своей жизни, привычек под новые условия.

С какими трудностями могут столкнуться родители, когда дети начинают посещать детский сад:

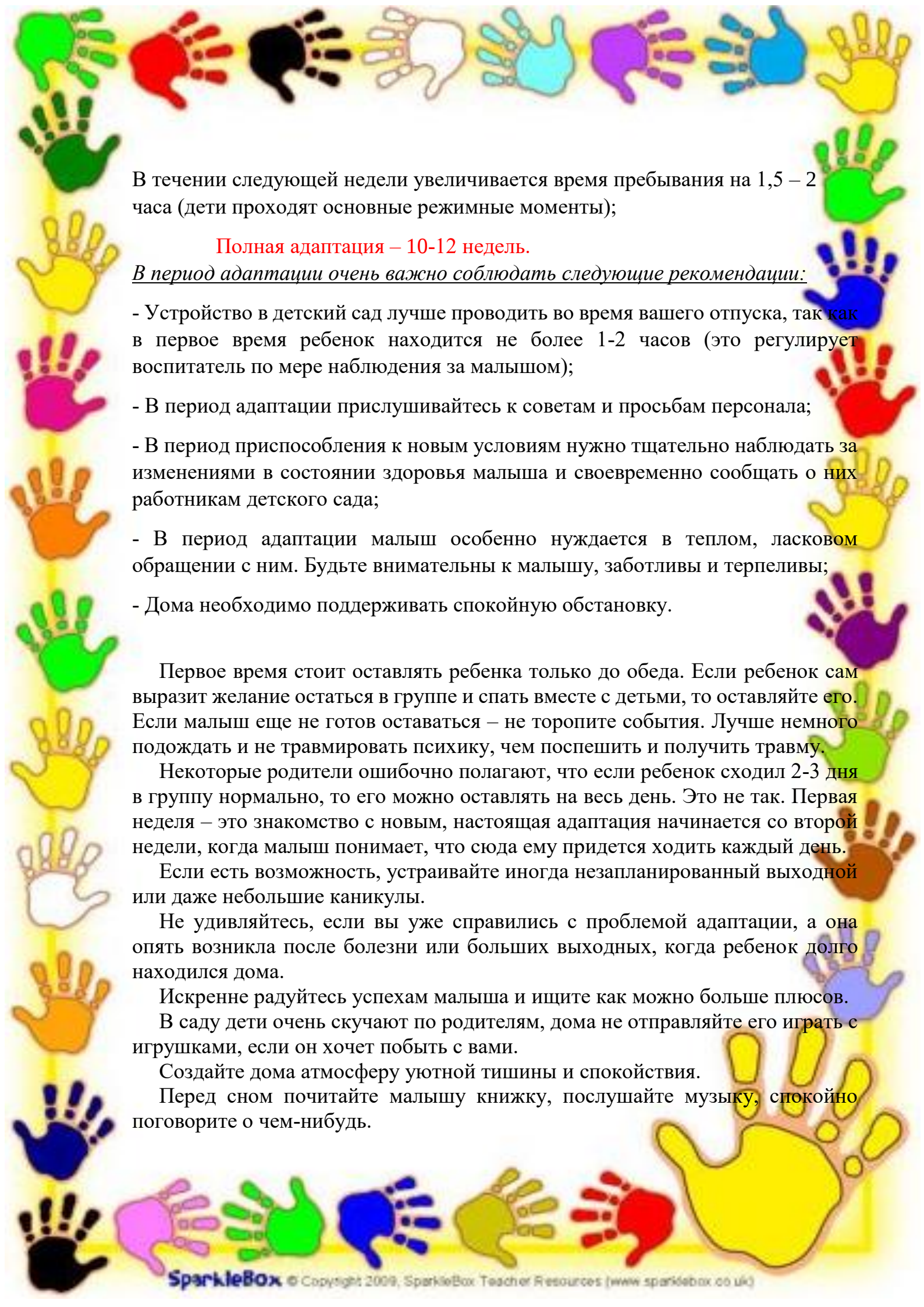
- ✓ повышенная плаксивость;
- ✓ капризность;
- ✓ нервозность;
- ✓ появление вредных привычек (сосать палец, брать в рот разные предметы, что-то накручивать и т.п.);
- ✓ резкая смена настроения;
- ✓ изменение поведения и привычек детей.

Алгоритм прохождения адаптации:

Ступенчатая адаптация

Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребенка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально):

В течении 1-й недели ребенок посещает детский сад 1-2 часа;



В течении следующей недели увеличивается время пребывания на 1,5 – 2 часа (дети проходят основные режимные моменты);

Полная адаптация – 10-12 недель.

В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- Устройство в детский сад лучше проводить во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);
- В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
- В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы;
- Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку.

Первое время стоит оставлять ребенка только до обеда. Если ребенок сам выразит желание остаться в группе и спать вместе с детьми, то оставляйте его. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.

Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.

Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы.

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.



:

Успешная адаптация 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.

Помните:

Если семья и воспитатели настроены на сотрудничество, то сложности адаптации будут сведены к минимуму.

Дети одного и того же возраста по-разному привыкают к новым условиям. Это зависит от индивидуальных особенностей нервной системы.

На быстроту адаптации влияет и то, из каких условий ребенок приходит в детский сад, что меняется в его жизни.

Ребенок привыкнет быстрее, если сможет строить отношения с большим количеством детей и взрослых.

От родителей во многом зависит эмоциональный настрой ребенка.

По утрам, когда собираетесь в детский сад, старайтесь создавать спокойную, жизнерадостную атмосферу, с позитивным настроением обсуждайте предстоящий день.

Тогда он точно будет удачным и для Вас, и для вашего малыша!!!

Ни в коем случае родителям не следует делать следующих ошибок:

1. **Нельзя** наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
2. **Нельзя** пугать детским садом («Вот будешь плохо себя вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
3. **Нельзя** плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.
4. **Нельзя** обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу предстоит оставаться в садике целый день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день.