

# АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ



Подготовила педагог – психолог  
МАДОУ №46  
К.В Панасенко

# **Адаптация – процесс приспособления организма к новым условиям.**

Для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит

## **множество изменений:**

- **Отсутствие родителей в течение 9 и более часов**
- **Новые требования к поведению**
- **Строгий режим дня**
- **Другой стиль общения**
- **Постоянный контакт со сверстниками**
- **Новое помещение**

*Все эти изменения обрушиваются на ребенка  
одновременно, создавая для него  
стрессовую ситуацию,  
которая без специальной организации  
может привести  
к невротическим реакциям:*

- капризы,*
- страхи,*
- отказ от еды,*
- частые болезни.*



**Необходимо готовить ребенка заранее к поступлению в детский сад!**



**Общая задача воспитателей  
и родителей –  
помочь ребенку по возможности  
безболезненно войти в  
жизнь детского сада.**

# **Игровой тренинг для родителей «Адаптация ребенка в детском саду»**



**Цель: расширение представлений родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям, о факторах, влияющих на успешную адаптацию**

## **Задачи:**

**Познакомить родителей с характеристиками психологической адаптации ребенка к условиям ДОУ.**

**Способствовать взаимному эмоциональному расположению между участниками.**

**Способствовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.**

**Предоставить родителям практический опыт игрового партнерства с детьми.**

## Упражнение «Визитки»

*Я по кругу буду передавать игрушку, у кого игрушка окажется в руках, тот отвечает на три вопроса:*

- 1. Как его зовут?*
- 2. Какой у вас любимый завтрак?*
- 3. Ваше любимое занятие?*

*Ну, вот мы с вами и познакомились. Каждый из вас очень индивидуален. Показательно и то, что у каждого из вас не только разные цвет волос, глаз, но и свой неповторимый и индивидуальный жизненный опыт.*



## Правила тренинга

*Для того чтобы нам было легче общаться, давайте создадим правила своей группы. Как вы думаете, какие правила нам понадобятся? Вам надо предложить свои правила, а мы их запишем на доске.*

*Например:*

- 1. Не перебивать друг друга. Например, будет ли вам приятно общаться с человеком, который вас перебивает?*
- 2. Доверительный, доброжелательный стиль общения. Такое условие необходимо, чтобы состоялся доверительный диалог.*
- 3. Искренность в общении. Говорим правду или молчим.*
- 4. Общение по принципу "здесь и теперь", говорим от 1-го лица ("Я..."). Общаемся по поводу того, что переживаем мы, рассказываем о своих проблемах, а не о проблемах посторонних людей, которые сейчас на тренинге не присутствуют.*
- 5. Помним, что поведение человека и его личность - это не одно и то же. Каждый из нас индивидуален, не следует критиковать личность другого. Можно оценивать только его высказывания и поступки.*
- 6. Стараемся видеть сильные стороны выступающего.*



# Игра на сплочение " Встреча руками"

*Встаньте,  
пожалуйста, в круг,  
так чтобы Ваши руки  
могли встретиться.  
Закройте глаза. По  
команде ведущего  
пусть Ваши руки:  
сначала найдут друг  
друга;  
познакомятся;  
проявят симпатию;  
потанцуют;  
подерутся;  
помирятся;  
попрощаются.  
Молодцы, садитесь  
на свои места.  
Ответьте на  
вопросы:  
Легко ли было  
выполнить это  
упражнение?  
Что мешало?  
Также это  
упражнение  
направлено на  
сплочение нашей  
команды.*





**Упражнение -  
визуализация  
«Воспоминания»:**

*На экране слайд –  
шоу – фотографии  
родителей в раннем  
возрасте под музыку.*

*Попробуйте  
вспомнить свои  
первые детские  
впечатления о  
детском саде, о  
школе.*

*Ведущий  
подытоживает  
общий настрой  
группы и фиксирует  
различные проявления  
настроения  
участников.*



## Упражнение "Грецкий орех"

### Ведущий:

Сейчас я перед вами из мешочка высыплю грецкие орехи, и каждый возьмет себе по одному.

Вам дается 1 мин, чтобы вы его рассмотрели, обратили внимание на его размер, форму, цвет, рисунок прожилок, дефекты, т. е. запомнили свой орех, чтобы затем его найти.

### Ведущий:

Теперь я пройду по кругу и соберу в мешочек орехи. Перемешаю. Высыплю обратно на стол. Найдите, пожалуйста, каждый свой орех.

### Ведущий:

Ответьте, пожалуйста, на вопрос: По каком у принципу вы нашли свой орех? (Цвет, форма, размер, дефекты и т. д.)



## *Рефлексия*

### *Ведущий:*

*А теперь давайте подведем итоги нашей сегодняшней встречи. Выполним рефлексю, т. е. отслеживание своих чувств и эмоций по поводу тренинга.*

*Прошу каждого, передавая мячик, высказаться о том:  
что он узнал сегодня;*

*было ли для него это полезно;*

*какие чувства он испытывает в данный момент и испытывал  
в момент самого тренинга;*

*что он хотел бы еще узнать.*

**Главное же для ребёнка в период адаптации к детскому саду – это Ваше терпение и любовь.**



Спасибо за внимание