

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 35 Невского района Санкт-Петербурга

# **СЕМИНАР «ГРАНИ АДАПТАЦИИ: ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ»**

25 сентября 2025 г.

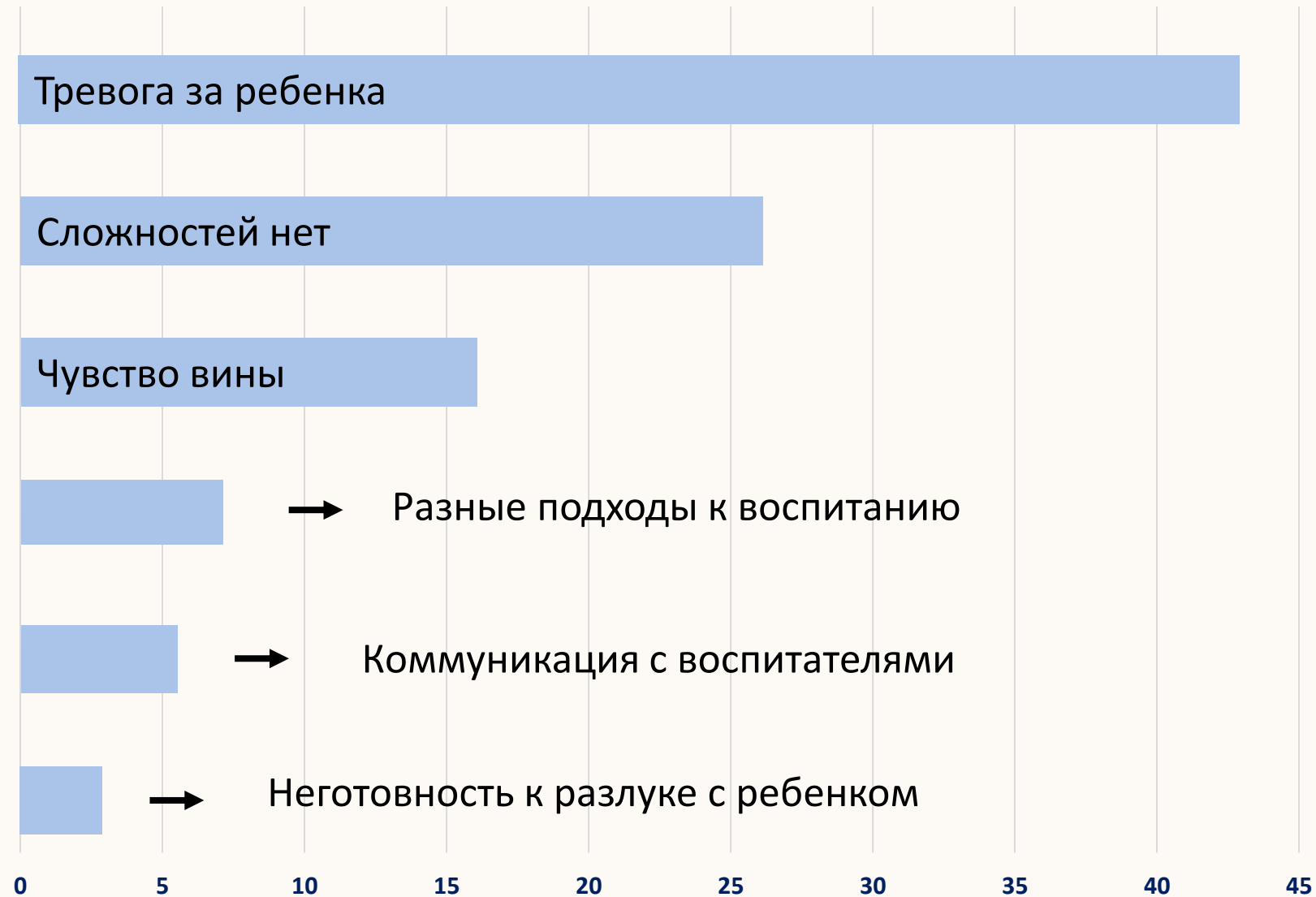


# СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

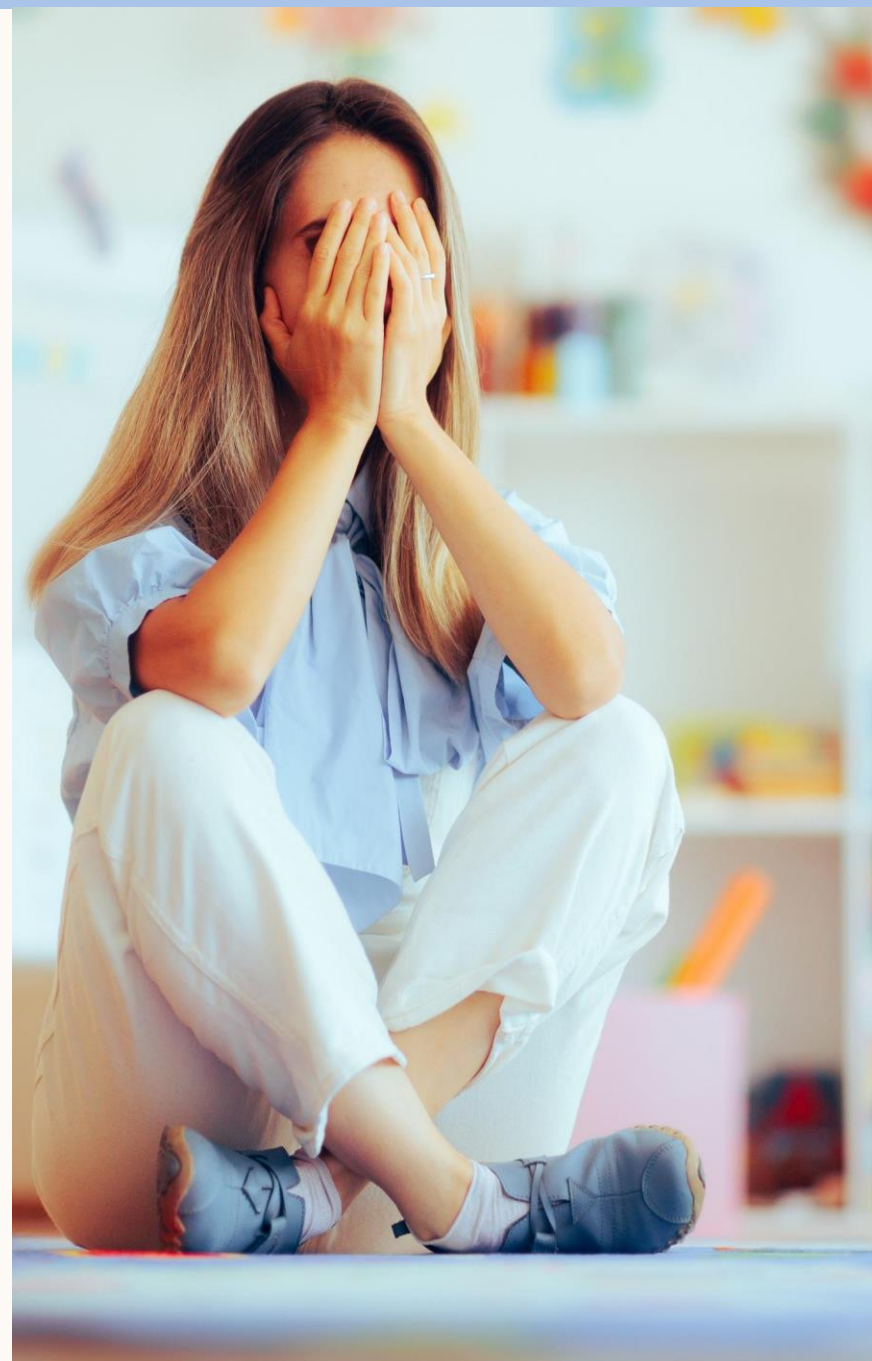
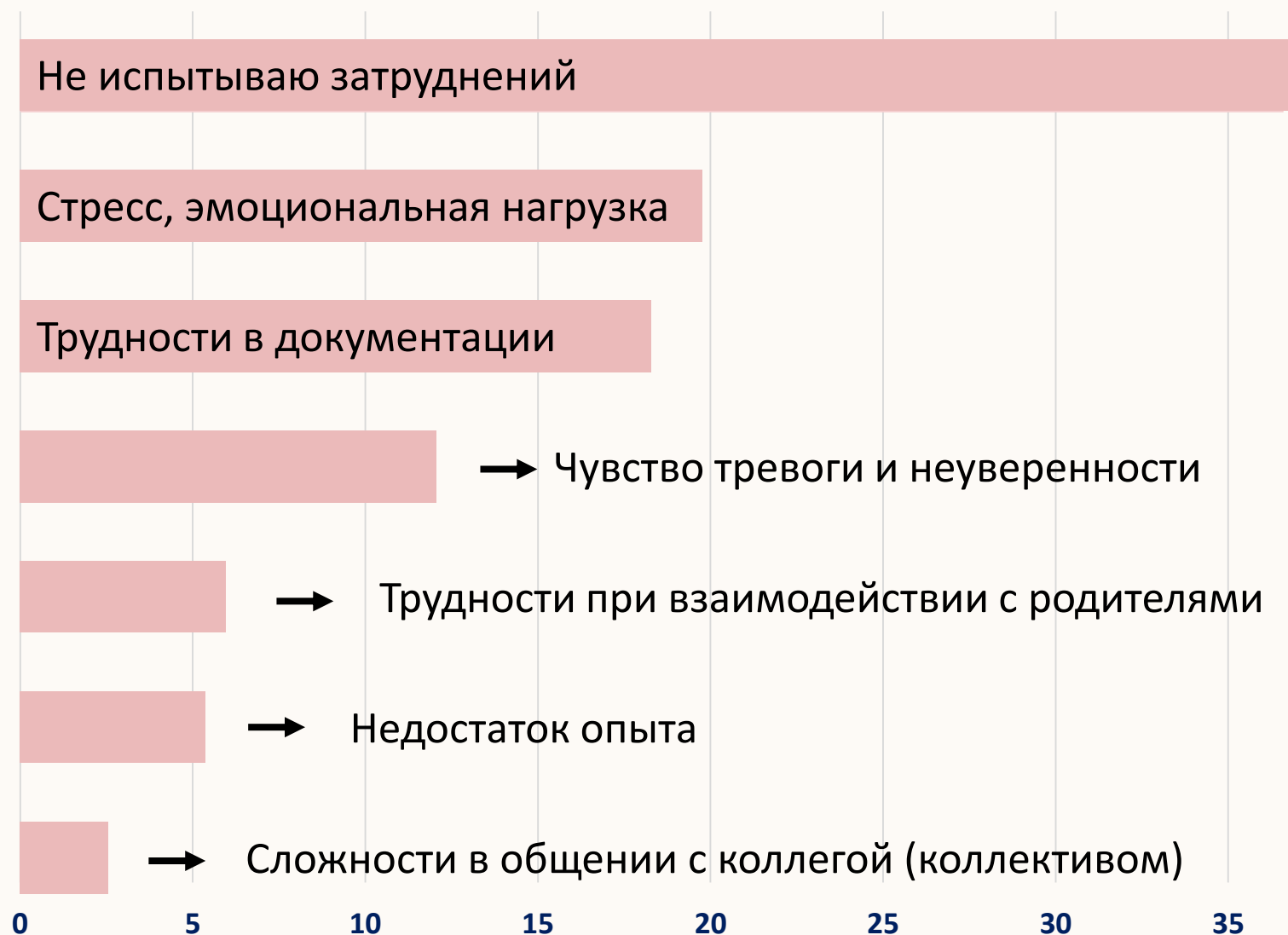




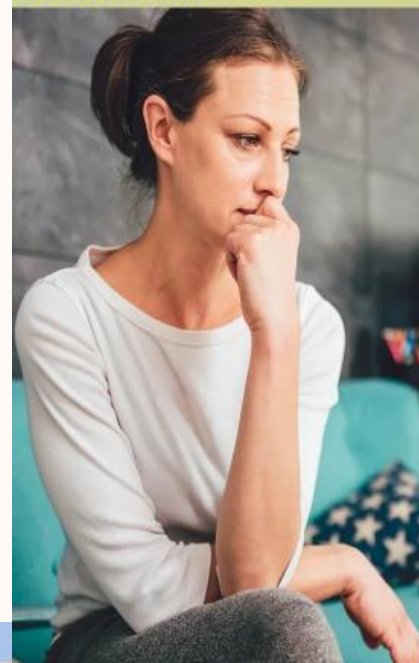
## СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ РОДИТЕЛЯ



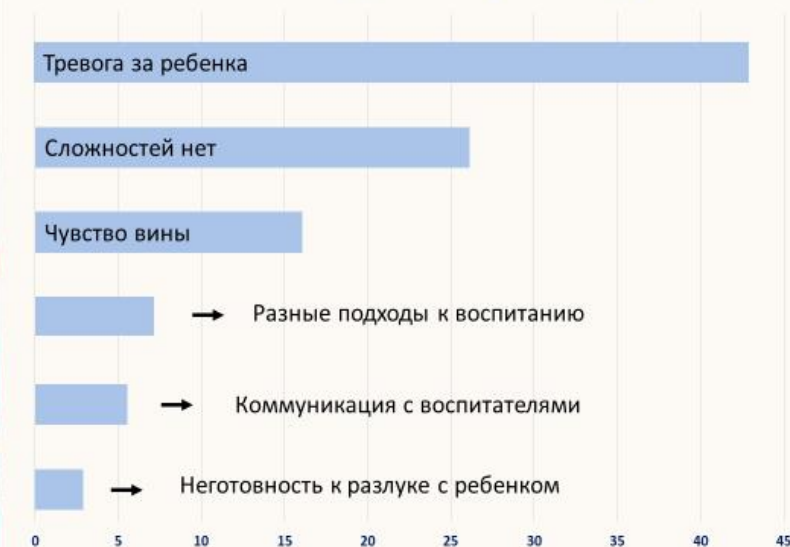
# СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ ПЕДАГОГА



## СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

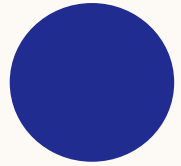


## СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ РОДИТЕЛЯ



## СЛОЖНОСТИ В АДАПТАЦИИ ПЕДАГОГА





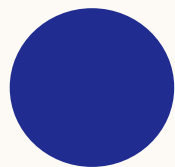
# ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ. ОТ ПЕДАГОГОВ

- Мой жизненный опыт. Изучение данной темы, поиск различных подходов
- **Поддержка** начальства и коллег. **Партнёрские отношения** с коллегой.  
**Дружелюбная атмосфера** в коллективе, готовность всегда помочь другим
- Оптимизм и упорство.
- **Семья. Отдых на природе. Спорт. Поспать. Сон. Время.**
- Консультация, мастер-классы, семинары. Тренинги от психолога.
- **Участие** руководства в решениях многих вопросов.
- Найти второго воспитателя. Смена помощника воспитателя.
- Магний В6.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 35 Невского района Санкт-Петербурга

# **ДЕТСКИЙ САД И СЕМЬЯ: ПУТЬ К ГАРМОНИЧНОЙ АДАПТАЦИИ**





# ИНФОРМАЦИЯ

## ЗАПРЕЩЕННЫЕ ПРЕДМЕТЫ В ДЕТСКОМ САДУ

### 1. Предметы, представляющие опасность для здоровья

- **Мелкие предметы:** бусины, шарики, монеты, гвозди и другие мелкие детали, которые ребенок может проглотить или засунуть в нос
- **Острые предметы:** ножи, ножницы (кроме специальных детских, которые выдает воспитатель), иглы, булавки
- **Травмоопасные игрушки:** предметы, которые стреляют
- **Неудобная обувь:** шлепанцы, слишком свободная причиной травмы
- **Мягкие игрушки:** являются накопителями пыли и могут быть источником аллергии

### 2. Продукты и лекарства

- **Любые продукты питания:** конфеты, печенье, йог (аллергию или отравление)
- **Лекарственные средства:** таблетки, спреи, витамины

### 3. Ценные вещи и украшения

- Дорогие игрушки и гаджеты
- Ювелирные изделия и бижутерия
- Мобильные телефоны и другие ценные предметы
- Длинные серьги и цепочки (могут стать причиной травмы)

### Важные рекомендации

- **Проверка карманов:** перед отправкой ребенка в сад проверьте содержимое карманов
- **Маркировка вещей:** все вещи должны быть промаркированы
- **Контроль шкафчика:** регулярно проверяйте содержимое шкафчика ребенка

### Признаки готовности

- **Позитивное отношение:**
  - Интерес к общению с другими детьми
  - Спокойное отношение к кратковременному расставанию с родителями
  - Желание идти в сад
- **Поведенческие показатели:**
  - Способность заниматься самостоятельно
  - Умение следовать простым инструкциям
  - Базовое соблюдение режима
- **Планирование:**
  - Четкое расписание посещения
  - Знание, кто будет забирать ребенка
  - Подготовка к раннему подъему

Помните, что адаптация может занять от 2 до 6 недель. Будьте терпеливы и поддерживайте позитивный настрой. Успешная адаптация зависит от слаженной работы родителей и воспитателей.

## ЧЕК ЛИСТ ПОДГОТОВКИ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

### Психологическая готовность

- Эмоциональная подготовка:
  - Регулярные разговоры о детском саде
  - Просмотр картинок и книг о садике
  - Игры в «детский сад» дома
  - Посещение территории сада вместе с родителями
- Социальные навыки:
  - Умение знакомиться с другими детьми
  - Способность играть в компании сверстников
  - Регулярные прогулки на детских площадках
  - Посещение развивающих занятий

### Навыки самостоятельности

- Бытовые навыки:
  - Самостоятельное одевание/раздевание
  - Пользование ложкой и вилкой
  - Посещение туалета без помощи взрослых
  - Мытье рук
  - Питье из кружки
- Гигиенические навыки:
  - Умение пользоваться носовым платком
  - Расчесывание
  - Соблюдение режима дня

### Физическая готовность

- Иммуниет:
  - Закаливающие процедуры
  - Правильное питание
  - Регулярные прогулки
- Здоровье:
  - Прохождение медосмотра
  - Наличие всех необходимых прививок
  - Медицинская карта

### Организационная готовность

- Режим дня:
  - Приблизженный к распорядку в детском саде
  - Дневной сон
  - Регулярное питание

# ИНФОРМАЦИЯ И ПОДДЕРЖКА

**Вы делаете невероятную работу!**

Каждый день вы дарите своим детям любовь и заботу. Это достойно восхищения.



**Вы учитесь каждый день**

Родительство — это постоянный процесс роста и развития. Вы справляетесь отлично!



**Вы не одиноки в своих переживаниях**

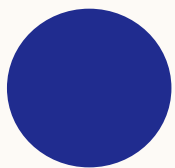
Все родители иногда чувствуют усталость и неуверенность. Это абсолютно нормально.



**Вы делаете всё, что в ваших силах**

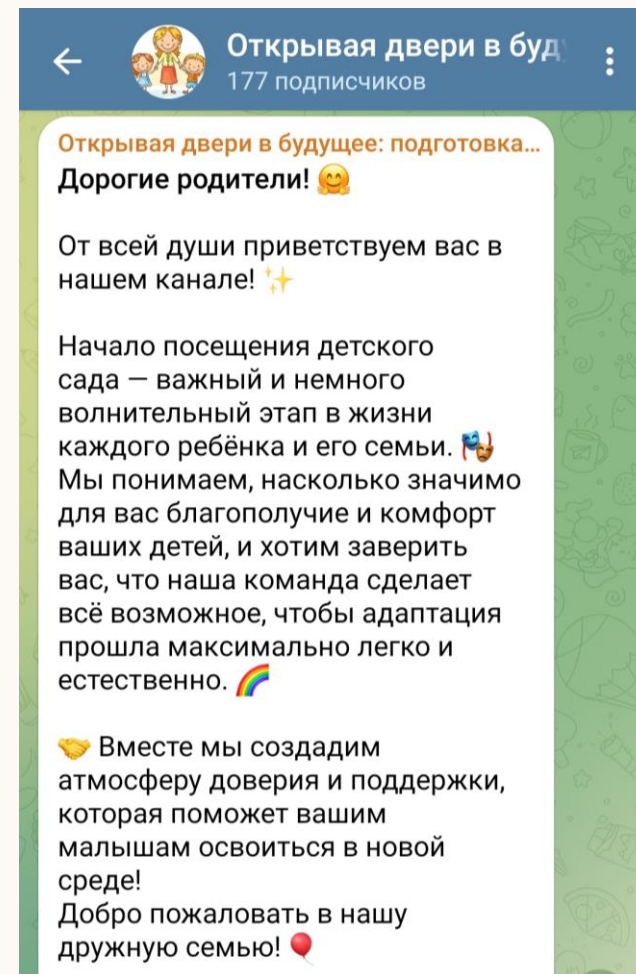
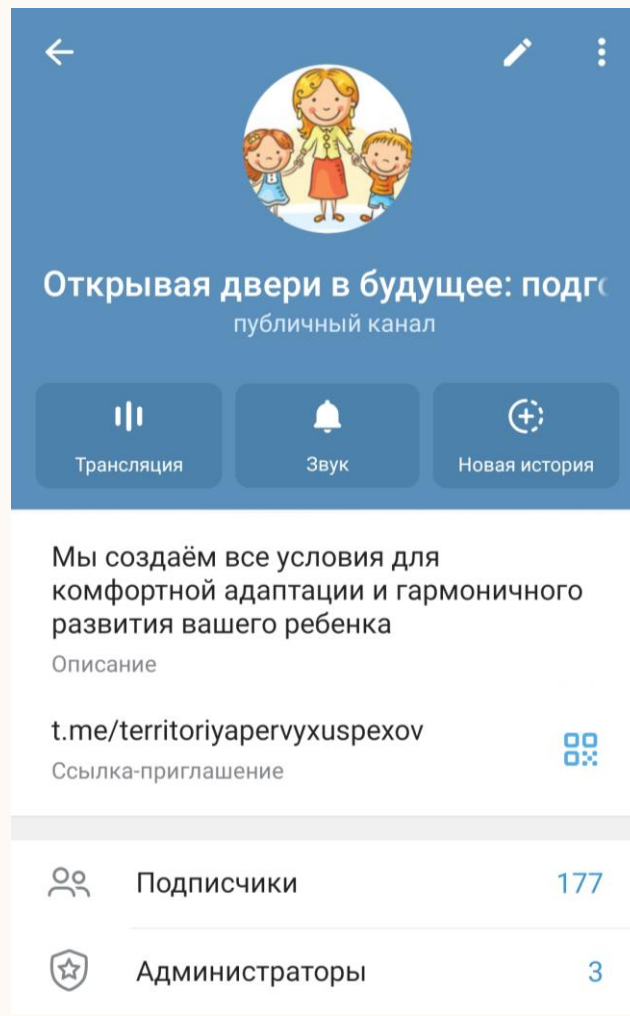
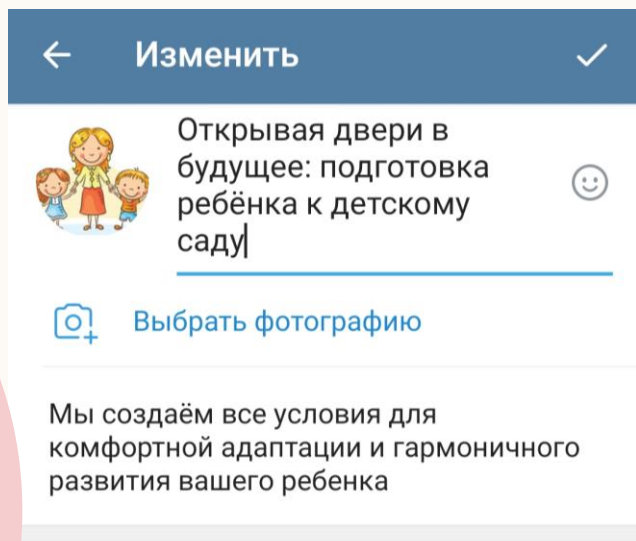
Иногда достаточно просто быть рядом и любить. Вы уже делаете это.

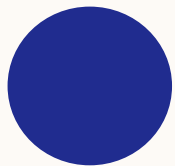




# ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ В ТЕЛЕГРАМ

- Помощь педагогу
- Снятие тревоги родителя





# ВОПРОС – ОТВЕТ

←  **Открывая двери в буд**  
177 подписчиков

 **Песня. Динь-динь д...**  
<unknown>  
0:00 / 1:59

 Музыка — ваш помощник в адаптации к детскому саду!

Подготовка к детскому саду станет намного легче, если использовать силу музыки. Музыкальные произведения помогают снять стресс, успокоить ребёнка и создать позитивный настрой. Весёлые мелодии поднимают настроение и способствуют социализации. Когда ребёнок слышит знакомые песни в детском саду, он чувствует себя увереннее и быстрее находит общий язык с другими детьми.

 4  192 18:07

 **Игра ложками Лися...**  
Неизвестен  
0:00 / 1:23  189 18:08

←  **Открывая двери в буд**  
177 подписчиков

**Открывая двери в будущее: подготовка...**  
 Почему сложно уложить ребёнка спать дома после сада?

Период адаптации к детскому саду — это стресс для малыша!  
 И особенно сложно бывает уложить кроху спать после насыщенного дня.

←  **Открывая двери в буд**  
177 подписчиков

**Открывая двери в будущее: подготовка...**  
 Знакомая ситуация? Забираете малыша из садика, а он вдруг начинает рыдать и появляется истерика?  
Не паникуйте!  Такое возможно, и вот что можно сделать:  
**Правило трёх минут**   
- Присядьте на уровень глаз ребёнка  
- Обнимите его

←  **Открывая двери в буд**  
177 подписчиков

23 сентября

**Открывая двери в будущее: подготовка...**  
**Что делать, если ребёнок проявляет агрессию к маме?**   
**Важно понимать:** агрессия ребёнка — это не признак плохого воспитания, а этап развития. Малыш ещё не умеет контролировать эмоции и выражать их словами.   
**Как реагировать в момент агрессии:**  
Спокойно остановите действие: возьмите руку ребёнка или аккуратно отстраните.   
Чётко скажите: «Кусаться/драться нельзя, это больно».   
Установите зрительный контакт, говорите спокойным, но твёрдым голосом.   
Уделите внимание себе как пострадавшей стороне: покажите, что вам больно.   
Переключите внимание ребёнка на другое занятие.   
**Профилактика агрессивного поведения:**  
**Уделяйте внимание.** Недостаток внимания может провоцировать агрессию.   
**Следите за режимом.** Усталость

←  **Открывая двери в буд**  
177 подписчиков

**Открывая двери в будущее: подготовка...**  
**? Почему нельзя сразу оставлять ребёнка в саду на целый день?**

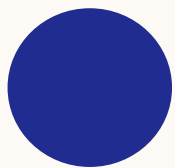
 Адаптация — это важный процесс, который помогает ребёнку постепенно привыкнуть к новой среде. Давайте разберём, почему она так необходима!

 Что происходит с малышом:

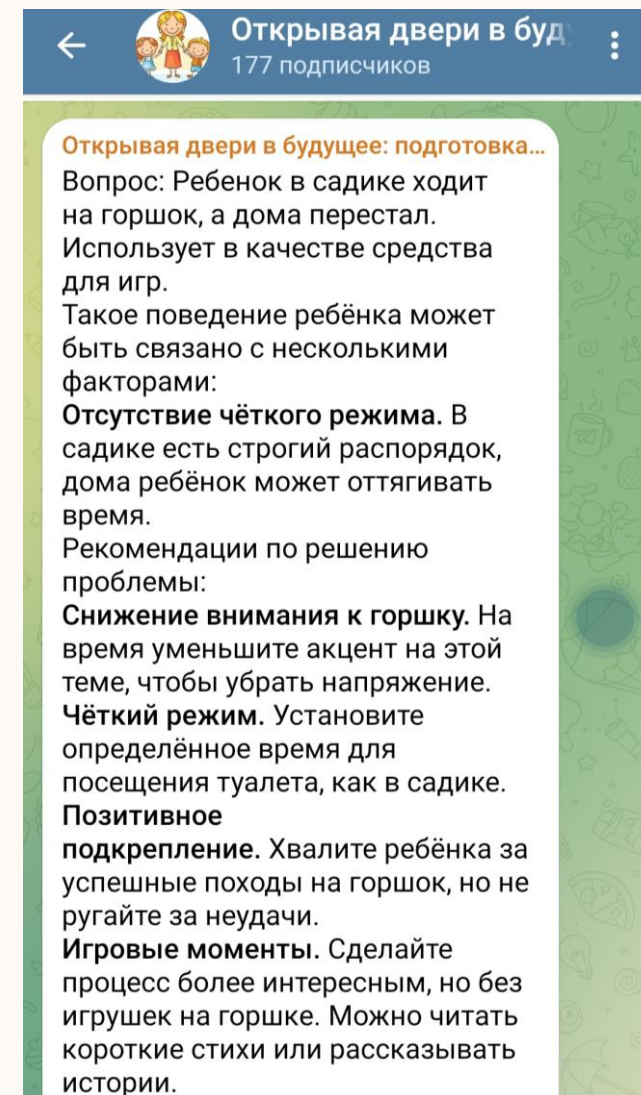
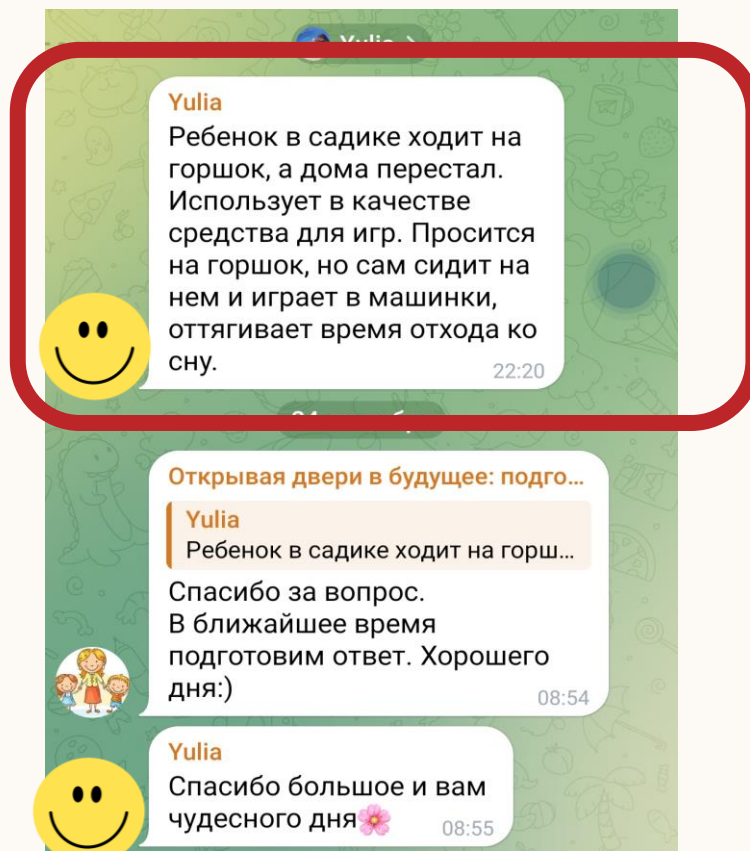
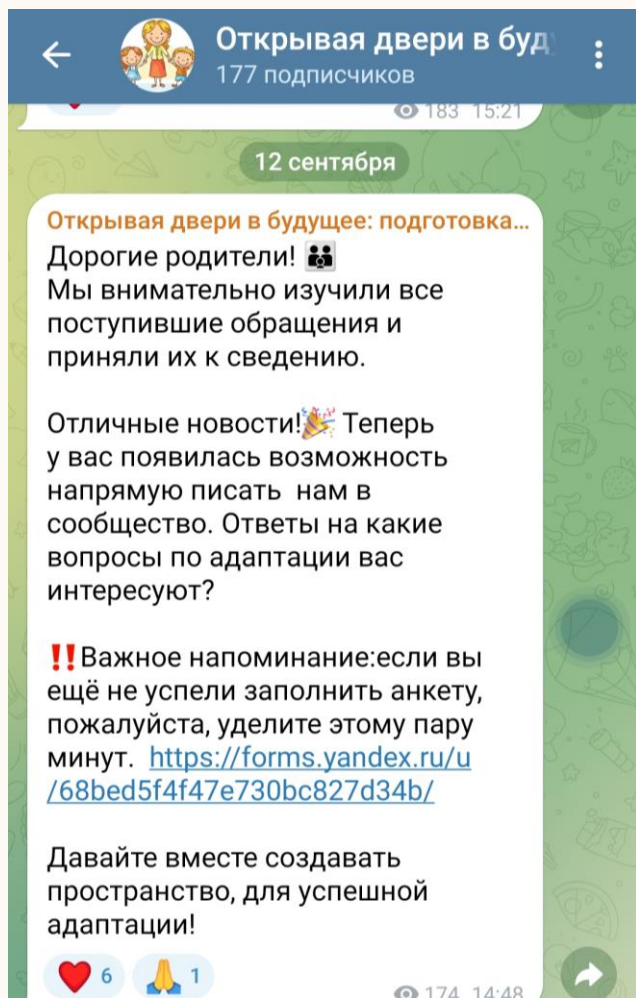
- \* Стресс от перемен — новая обстановка, люди, режим
- \* Эмоциональная нагрузка — разлука с родителями
- \* Физическое напряжение — непривычный распорядок дня
- \* Социальная адаптация — общение с другими

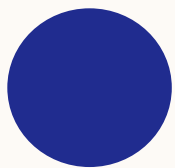
**✗ Что будет, если...**  
полный день  
\* Сильный  
к болезн  
\* Нару  
\* Эмо  
ребё  
\* По  
гор

  
\* Г  
\* Е



# ПРЯМАЯ СВЯЗЬ





# ВЫЯВЛЕНИЕ СЛОЖНОСТЕЙ

\* Какие сложности испытывает Ваш ребенок в процессе адаптации

☐ Регресс навыков (социально-бытовых, речевых, игровых)

☐ Изменения в поведении ребенка

☐ Нарушение аппетита

☐ Трудности при засыпании

☐ Сложности коммуникации со взрослыми и сверстниками

☐ Снижение иммунитета, психосоматические расстройства

☐ Не испытывает

Ваш вариант ответа

\* Какие сложности Вы (как родитель) испытываете в процессе адаптации ребенка к детскому саду

☐ Тревога за ребенка

☐ Чувство вины

☐ Коммуникация с воспитателями

☐ Разные подходы к воспитанию

☐ Неготовность к разлуке с ребенком

☐ Сложностей нет

Ваш вариант ответа

# РОДИТЕЛЬСКИЙ ЧАС



# ТЕХНИКА СНЯТИЯ ТРЕВОГИ «ПЯТЬ ЧУВСТВ»

## Пять (5):

Найдите и назовите пять вещей, которые вы видите вокруг себя.

## Четыре (4):

Найдите и назовите четыре вещи, которые можете потрогать.

## Три (3):

Найдите и назовите три звука, которые вы слышите.

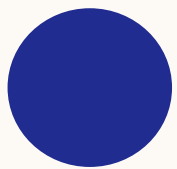
## Два (2):

Найдите и назовите два запаха, которые вы можете почувствовать.

## Один (1):

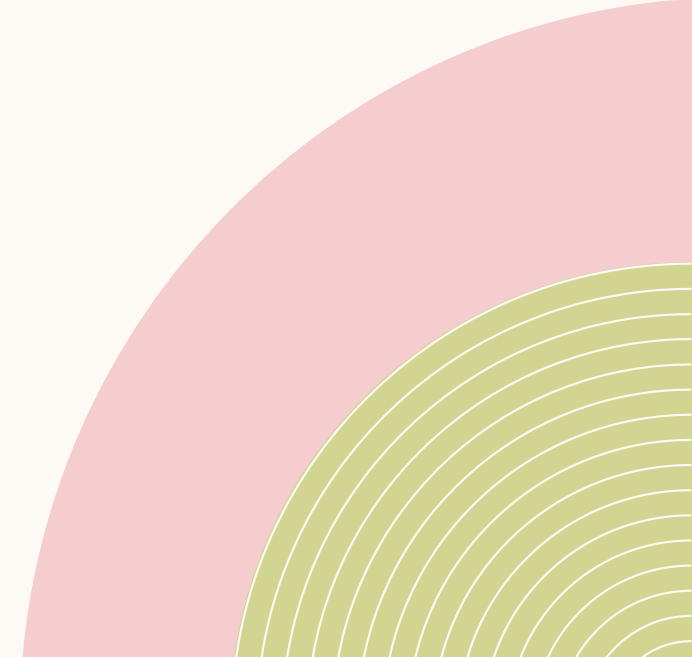
Определите один вкус, который вы можете почувствовать (или вспомнить).





# ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ. ОТВЕТЫ РОДИТЕЛЕЙ

- Называть ребенка по полному, а не по сокращенному имени.
- Больше информации. Больше обратной связи от воспитателей.
- Рассказы как проходит адаптация и изменения у других детей в группе и соседних группах.
- Работа психолога в группе . Понимание психологии ребёнка.
- Возможность разговаривать с тем, кто может выслушать и поддержать.





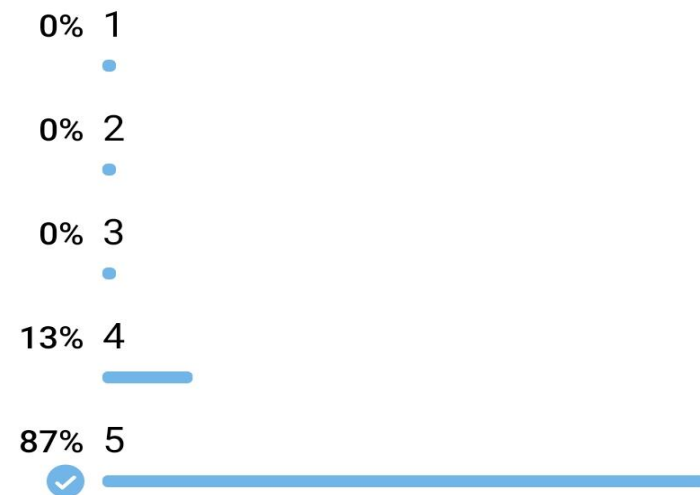
Открывая двери в буд

178 подписчиков

### Открывая двери в будущее: подготов...

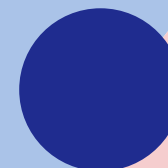
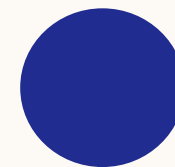
Как вы оцениваете полезность и практическую ценность информации, публикуемой на канале? Оцените по 5-ой шкале (1 - информация не имеет ценности, 5 - весь контент имеет практическую ценность)

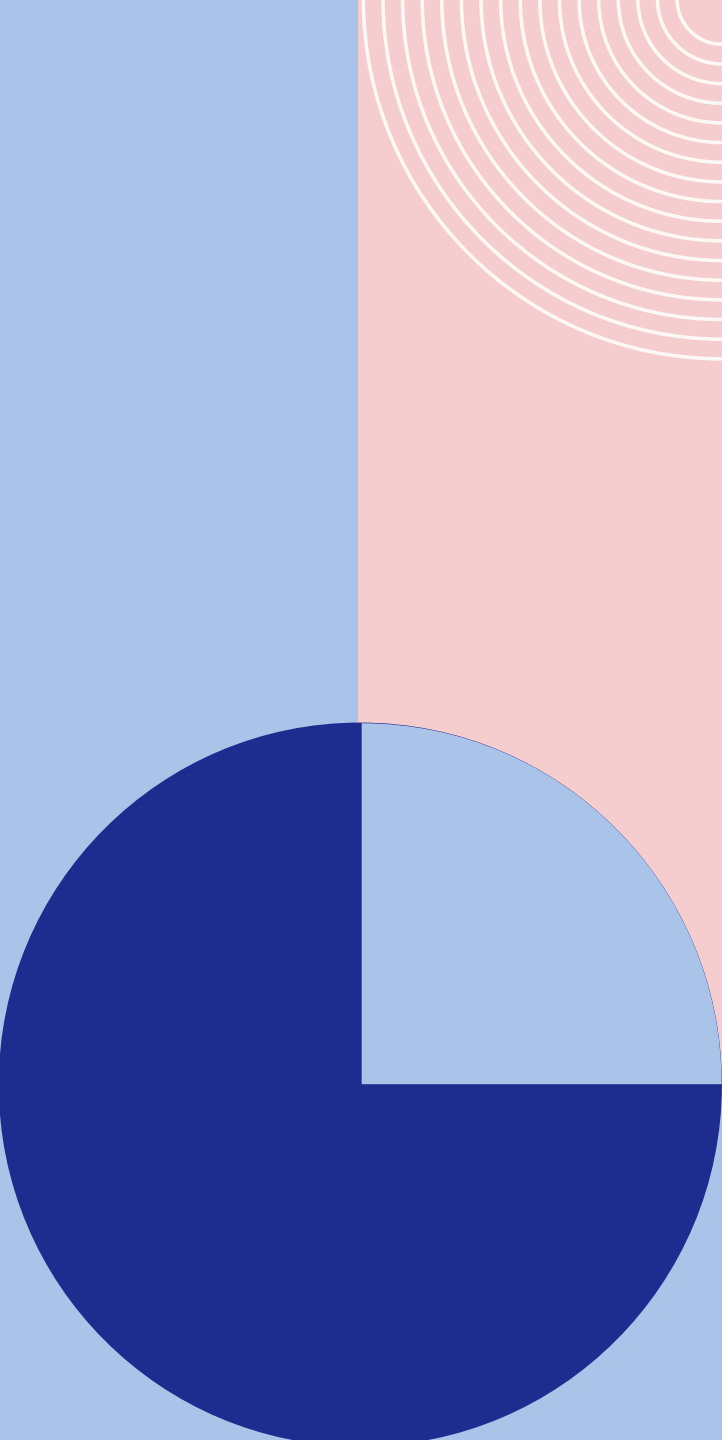
Анонимный опрос



82 17:47

# ПРАКТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ КАНАЛА





**ИСПЫТЫВАЮ УДОВОЛЬСТВИЕ  
КОГДА ЗАВТРАКАЮ  
В ГОРДОМ ОДИНОЧЕСТВЕ!**

**ПОКА ОДНА ДОЧА В ШКОЛЕ  
ВТОРАЯ ДОЧА  
В САДИКЕ!**

***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***

***ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ :)***