

Консультация для родителей

«Адаптация ребенка к детскому саду»

Подготовила воспитатель группы №10: Кондакова Т.М.

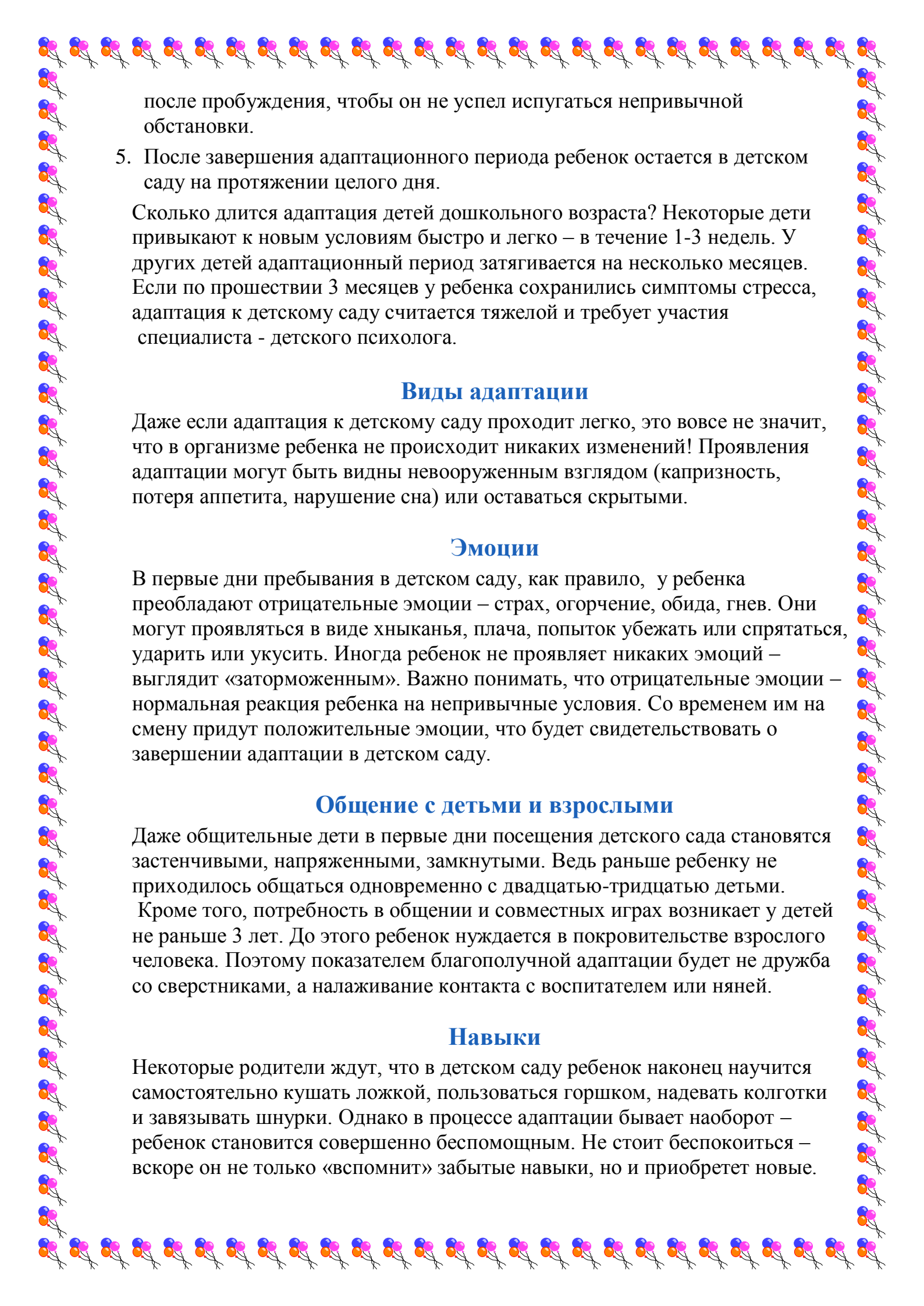
От рождения до трех-четырех лет ребенок живет в уютной домашней обстановке, общается с близкими родственниками, совершает привычные действия. Детский сад – совершенно новое пространство, новые условия, новые взаимоотношения. Для ребенка, организм которого находится в процессе физического и психического формирования, такие перемены являются большим испытанием. Пройдет некоторое время, прежде чем ребенок сможет адаптироваться к детскому саду.



Этапы адаптации дошкольника к детскому саду

Как проходит период адаптации ребенка в дошкольном учреждении? Специалистами разработаны рекомендации для педагогов и родителей, благодаря которым адаптация детей раннего возраста проходит легко и безболезненно.

1. Вначале родители приводят ребенка только на дневную и вечернюю прогулку, чтобы познакомиться с воспитателем и детьми в непринужденной обстановке. Желательно, чтобы ребенок видел, как после вечерней прогулки родители приходят забирать детей из детского сада;
2. Первое время родители приводят ребенка после завтрака. Во-первых, он не видит слез других детей при расставании с родителями, во-вторых, избегает приема пищи в непривычной обстановке, в-третьих, сразу включается в игру или развивающее занятие. После утренней прогулки родители забирают ребенка;
3. В течение последующих нескольких недель ребенок может приходить к завтраку и оставаться на обед. Родители забирают ребенка до дневного сна;
4. После этого можно оставлять ребенка в детском саду на дневной сон. Первые несколько дней родителям рекомендуется забирать ребенка сразу



после пробуждения, чтобы он не успел испугаться непривычной обстановки.

5. После завершения адаптационного периода ребенок остается в детском саду на протяжении целого дня.

Сколько длится адаптация детей дошкольного возраста? Некоторые дети привыкают к новым условиям быстро и легко – в течение 1-3 недель. У других детей адаптационный период затягивается на несколько месяцев. Если по прошествии 3 месяцев у ребенка сохранились симптомы стресса, адаптация к детскому саду считается тяжелой и требует участия специалиста - детского психолога.

Виды адаптации

Даже если адаптация к детскому саду проходит легко, это вовсе не значит, что в организме ребенка не происходит никаких изменений! Проявления адаптации могут быть видны невооруженным взглядом (капризность, потеря аппетита, нарушение сна) или оставаться скрытыми.

Эмоции

В первые дни пребывания в детском саду, как правило, у ребенка преобладают отрицательные эмоции – страх, огорчение, обида, гнев. Они могут проявляться в виде хныканья, плача, попыток убежать или спрятаться, ударить или укусить. Иногда ребенок не проявляет никаких эмоций – выглядит «заторможенным». Важно понимать, что отрицательные эмоции – нормальная реакция ребенка на непривычные условия. Со временем им на смену придут положительные эмоции, что будет свидетельствовать о завершении адаптации в детском саду.

Общение с детьми и взрослыми

Даже общительные дети в первые дни посещения детского сада становятся застенчивыми, напряженными, замкнутыми. Ведь раньше ребенку не приходилось общаться одновременно с двадцатью-тридцатью детьми.

Кроме того, потребность в общении и совместных играх возникает у детей не раньше 3 лет. До этого ребенок нуждается в покровительстве взрослого человека. Поэтому показателем благополучной адаптации будет не дружба со сверстниками, а налаживание контакта с воспитателем или няней.

Навыки

Некоторые родители ждут, что в детском саду ребенок наконец научится самостоятельно кушать ложкой, пользоваться горшком, надевать колготки и завязывать шнурки. Однако в процессе адаптации бывает наоборот – ребенок становится совершенно беспомощным. Не стоит беспокоиться – вскоре он не только «вспомнит» забытые навыки, но и приобретет новые.

Речь

В начале адаптационного периода возможно ухудшение речи ребенка, что очень беспокоит родителей. В дальнейшем речь ребенка не только восстановится, но и улучшится – будет расширен словарный запас, устранены дефекты произношения.

Сон

Проблемы со сном возникают у детей, чей домашний режим существенно отличался от режима детского сада. Дневной сон может стать причиной нарушения ночного сна (трудности с засыпанием, беспокойство во сне). После завершения адаптационного периода режим сна и бодрствования нормализуется.

Аппетит

Новая еда с непривычным видом, запахом и вкусом вполне может не понравиться ребенку. К тому же причинами отсутствия аппетита может быть беспокойство, страх, обида. Если ребенок хотя бы пробует еду – это уже хорошо. Если он съедает порцию и даже просит добавки – адаптация к детскому саду проходит успешно.

Здоровье

Больше всего беспокойства родителям доставляют болезни, которые начинают буквально атаковать ребенка в период адаптации. К сожалению, периодические инфекционные заболевания на протяжении первых недель или месяцев посещения детского сада неизбежны. Это объясняется снижением иммунной защиты и восприимчивостью к инфекциям.



Памятка для родителей

«Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду?»

Чтобы ваш ребенок легче и быстрее адаптировался к новой обстановке необходимо соблюдать следующее:

- * Согласованность действий между родителями и воспитателями, сближение подходов к детям в семье и детском саду.
- * До прихода ребенка в группу познакомить его с воспитателями группы, установить с ними контакт, рассказать об условиях и особенностях развития ребенка.
- * Все привычки и навыки ребенка выяснить сложно, однако сразу в краткой ознакомительной беседе с воспитателями группы нужно рассказать характерные особенности поведения ребенка, его склонности и интересы. Это поможет в последствии считаться с ним.
- * Целесообразно приводить ребенка в первые дни только на прогулку, на прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче познакомиться с воспитателем и детьми, так как условия здесь напоминают условия домашнего двора.
- * Если ребенок теряется, жмется к матери, не надо настаивать, чтобы он сразу подошел к незнакомому человеку (воспитателю), пусть немного освоится.
- * Лучше всего побеседовать втроем (с ним, с матерью и воспитателем), дать ребенку рассмотреть какую-нибудь игрушку, понаблюдать за играми детей.
- * Случается, что ребенок не выражает внешне негативное поведение, но не играет, подавлен. Такое состояние ребенка должно беспокоить родителей и воспитателей не меньше, чем состояния плачущих детей.



(Материал из открытых источников интернета)