

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар «Центр развития ребенка -
детский сад №232»

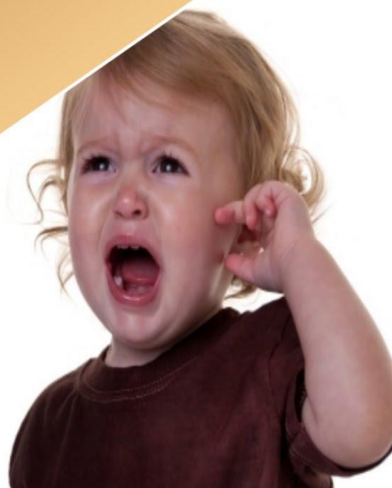
**Консультация для родителей
«Адаптация детей раннего возраста
к условиям ДООУ»**

Составили воспитатели группы №1

Онисько Г.В, Кургинян Э.А

2020г

Адаптация в садике



Ваш малыш подрос, и уже недалек тот день, когда вы приведете его в детский сад. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли ребенку хорошо в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с близкими, с домом. Эти волнения и тревоги закономерны, так как поступление в детский сад – сложный период в жизни маленького ребенка, своеобразный экзамен его психики, здоровью.

В раннем возрасте это особенно сложная задача. Малыш тяжело переносит даже временную разлуку с родителями, домом и привычным для него укладом жизни. Он часто отказывается от общения с незнакомыми людьми.

Адаптация – это привыкание человека к новым обстоятельствам и новой обстановке, в конкретном случае – это привыкание малыша к детскому саду.

Виды адаптации.

Каждый ребёнок переживает период адаптации индивидуально. Некоторые малыши привыкают к новому режиму за пару недель и при этом отлично себя чувствуют, их аппетит в течение всего периода адаптации сохраняется. Другие малыши тяжело переносят адаптацию, они находятся в подавленном состоянии, при этом аппетит отсутствует. Плохой аппетит у таких малышей может быть и в домашних условиях.

Выделяют три степени тяжести адаптации ребенка к садику: легкая, средняя, и тяжелая. При установлении степени тяжести адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения рассматривают сон, аппетит и эмоции малыша. Период длительности адаптации зависит от уровня развития малыша, его умения общаться. Адаптационный период может продолжаться от нескольких дней до нескольких месяцев.

Завершение периода адаптации.

Период адаптации можно считать законченным в том случае, когда у ребёнка

нормализовался аппетит; малыш быстро засыпает и вовремя просыпается, играет.

Воспитатели и родители малыша совместными усилиями должны помочь ребенку войти в жизнь дошкольного учреждения. Для этого необходима подготовительная работа в семье. Единые требования к поведению ребенка в дошкольном учреждении и в семье составляют важное условие, способное облегчить адаптационный период. Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными сдвигами.

В физиологическом и психологическом плане; повышение температуры и давления; уменьшение веса: снижение иммунитета, увеличение количества простудных заболеваний: увеличение нервозности: ухудшение сна.

В поведенческом плане : упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, лень (своеобразный протест, желание обратить на себя внимание).

Таким образом, период адаптации тяжелое время для малыша, его родителей и персонала группы. В среднем длительность адаптации у детей раннего возраста длится 2-3 недели. Но даже такой относительно короткий срок для ребенка далеко не безобиден.

В детском саду дети болевают чаще, чем дома. Это и понятно, так как в группе может быть заболевший ребенок, который становится источником инфекции для других малышей. В период адаптации возможность заболевания ребенка, особенно трудно привыкающего к новым условиям, возрастает. Поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

Итак, общая задача педагогов и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего, необходимо максимально приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, а при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность.

Желательно, чтобы вы познакомились с меню детского сада и приучили детей к блюдам, включенным в него. Учите детей есть разнообразную пищу, тщательно жевать, после еды пользоваться салфеткой.

О предстоящем поступлении ребенка в детский сад говорите с ним как о радостном событии. Внушайте ему, что там будет хорошо, что его ждут добрые воспитатели, веселые дети, а также много игрушек. В присутствии малыша воздержитесь от высказывания своих опасений по поводу того,

сможет ли он спокойно расстаться с домом, чем его будут кормить, как одевать и т.д. Чтобы развеять свои сомнения и тревогу ребенка, предварительно посетите группу.

Лучше привести малыша, когда дети гуляют или играют в групповой комнате. Чем быстрее малыш почувствует доверие к воспитателям, няне, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесет перемены в своей жизни, разлуку с вами. Ваше вежливое и приветливое обращение к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ним.

В адаптационный период разрушение любых привычек, в том числе и вредных (сосет палец, не засыпает без соски, или пения, любит быть на руках у взрослых и т.п.), нежелательно, так как осложнит приспособление к новым условиям. Если к моменту поступления малыша в детский сад вам не удалось отучить его от вредных привычек, предупредите об этом воспитателя.

В заключение следует отметить, что выработка единых требований к поведению ребенка, согласованию воздействий на него дома и в д/саду – важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.

Как же подготовить ребенка к детскому саду?

Что же должны делать родители?

Прежде всего, им необходимо заранее познакомиться с условиями дошкольного учреждения, приблизить к ним условия воспитания в семье (режим, характер питания, приемы воспитания и т.п.)

Важно научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей игрушкой, поблагодарить и т.д.) необходимо положительно настроить малыша.

Родители должны знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным, у него может ухудшаться аппетит.

Итак, знание особенностей периода адаптации, факторов, влияющих на нее, совместные усилия родителей и сотрудников дошкольного учреждения могут существенно помочь ребенку относительно быстро и безболезненно привыкнуть к условиям дошкольного учреждения.

По каким признакам можно судить о том, что период адаптации закончился.

Объективные показатели: глубокий сон, хороший аппетит, бодрое эмоциональное состояние, полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение и соответствующая прибавка в весе.

Не ограничивайте его общение в узком кругу семьи, оставляйте дома ребенка с родственниками и знакомыми, разрешайте играть со сверстниками.

Поддержите у ребенка благоприятное эмоциональное состояние: осуществляйте все виды деятельности с ребенком без спешки, в спокойном темпе, избегая громкой речи, конфликтов .

Учите ребенка самостоятельно играть с игрушками: выполнять действия с куклой (кормить, укладывать спать, гулять), машинкой (возить кирпичики, сгружать), строительным материалом (строить ворота и, дорожку) и т.д.

Поощряйте малыша, поддерживайте, направляйте на совместную деятельность (с вами и с другими детьми.)

Для малыша менее болезненное расставание с мамой – это постепенная разлука.

Конечно, ребенку легче будет адаптироваться, если вхождение в детский сад будет постепенным. Педагоги вам подскажут и помогут регулировать этот процесс.

Наиболее благоприятным будет:

- если вы с ребенком первый день придете на прогулку;
- затем – в группу во время свободной игровой деятельности;
- далее оставите ребенка одного на 1-2 часа;
- следующий шаг – будете присутствовать во время завтрака и затем оставите ребенка на 2-3 часа;
- потом приведете и оставите одного с завтрака до обеда;
- затем оставите ребенка и на сон, сразу после сна заберете;
- последний шаг – целый день с утра до вечера.

Известный семейный психотерапевт В. Сатир рекомендовал обнимать ребенка несколько раз в день: четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий . Удовлетворение потребности в любви и приятии необходимое условие не только в адаптационный период, но и нормального психического развития детей.

В нашем детском саду существует правило: близкие родственники могут прийти в группу в любое время и находиться в ней столько, сколько найдут нужным. Родители должны быть уверены в том, что воспитатель выполнит их просьбы относительно питания, сна и одежды ребенка, что все медицинские и закаливающие процедуры будут проводиться только с их согласия.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.

Памятка

« Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?»

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка в детском саду, он чувствует Ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой – нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как пообещали.
5. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игрушки, напоминающие о доме.
6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (сосание соски, качание).
9. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
10. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра.
11. Будьте терпимее к его капризам.
12. «Не пугайте», не наказывайте детским садом.
13. Уделяйте ребенку больше времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
14. Не скупитесь на похвалу.
15. Эмоционально поддерживайте ребенка: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми словами.

Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!

Источники:

1. Интернет ресурс
http://a2b2.ru/methods/7993_konsultaciya_dlya_roditeley_adaptaciya_detey_rannego_vozrasta_k_usloviyam_douschsm/
2. Интернет
<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/418497-konsultacija-dlja-roditelej-adaptacija-detej->