

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

Консультация для родителей

«Адаптация ребенка к условиям детского сада»

Подготовила: Педагог-психолог

Чабанова Жанна Михайловна

«Адаптация ребенка к условиям детского сада»

Уважаемые родители, Вам хочется, чтобы Ваш ребенок адаптировался в саду быстрее и легче, для этого необходимо знать, как подготовить ребенка к детскому саду и как вести себя родителям в этот сложный период.

Адаптация – сложный процесс приспособления организма к новым условиям.

Для многих детей приход в детский сад – это первый сильный стресс в их жизни; привыкание проходит бурно и более или менее продолжительно. Некоторые дети привыкают к детскому саду быстро и безболезненно.

С поступлением ребёнка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения.

Все эти изменения обрушиваются на ребёнка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к таким реакциям, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т.д.

Длительность адаптации зависит от уровня развития ребёнка. Если с ним систематически занимались дома, рос он человеком общительным и самостоятельным, то в группе он быстро установит контакт с воспитателем, сможет занять себя игрой, не будет чувствовать себя брошенным и беспомощным. Ребёнок с таким уровнем развития привыкает к детскому саду в течение 10-15 дней.

Если у малыша слабо развита речь, уровень самостоятельности низок, он не сможет обходиться без взрослых ни в игре, ни в кормлении, ни при укладывании спать. Период адаптации такого ребёнка может растянуться от месяца до двух.

Ребёнок, который дома находится на попечении всех родных по очереди и не привык самостоятельно занимать себя ни на минуту, в условиях детского сада требует к себе постоянного внимания, проявления ласки со стороны взрослых. Фактически он переходит из рук в руки – от мамы к воспитателю и наоборот. Даже в условиях заботливого, предупредительного отношения со стороны взрослых он может заболеть, так как постоянно хандрит, насторожен, угнетён. Всё своё внимание он направляет только на взрослых, следит за их настроением, малейшими нюансами отношения к себе. Адаптация такого ребёнка может длиться 3 месяца, а то и больше.

Важное условие успешной адаптации – это правильное взаимодействие родителей и воспитателей. Не пренебрегайте их советам, ведь у них богатейший опыт, через их руки прошли сотни детей. Не торопитесь ребенка сразу оставить на целый день, это будет для него очень большим стрессом. Воспитатели сами Вам скажут, когда ребенка необходимо забрать через два часа или перед сном, а когда можно будет оставить и на целый день.

Не пугайтесь, если в период адаптации у малыша нарушится аппетит, сон, привычки и навыки или эмоциональное состояние. Например, дома

кушает сам, а в саду отказывается. При нормальной адаптации у малыша поведенческие реакции быстро восстановятся.

Если малыш после сада возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами такими как: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!» Не формируйте образ детского сада, как место, которым наказывают, обвинения и наказания ребенка за слезы - не выход из ситуации, наберитесь терпения и будьте более внимательны к своему малышу, помогите ему пережить столь непростой для него период.

Расскажите малышу, когда мама и папа работают, они отводят своих деток в детский сад, где много друзей, игрушек и интересных, веселых занятий. Расскажите о распорядок дня, что в саду детки кушают, спят, гуляют, что у каждого есть свой шкафчик, кровать, полотенце. Если вы не работаете, то объясните ребенку реальную причину, по которой он ходит в детский сад (например, мама поедет на рынок купит овощей и сварит тебе вкусный суп, а после тебя заберет), постарайтесь не врать ребенку, иначе можете потерять его доверие.

Постарайтесь не подслушивать под дверь. По статистике, малыши намного быстрее успокаиваются, когда мама полностью исчезает из поля его зрения.

Главная ошибка в период адаптации – это пропуски в посещениях без веских причин. Например, неделька дома, неделька в саду. После недельного перерыва все результаты, которых достиг ребенок по адаптации к детскому саду, могут исчезнуть и придется начинать все с самого начала.

ПОЛЕЗНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садиком;
2. Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня детского сада и примените их для ребенка дома;
4. Готовьте Вашего ребенка к временной разлуке заранее и дайте понять ему, что это неизбежно, потому что он уже большой;
5. Если ребенок очень тяжело переживает разлуку с мамой, то желательно, чтобы первое время ребенка отводил отец, бабушка, дедушка;
6. Прислушивайтесь к советам воспитателей и не оставляйте ребенка в первую неделю на целый день;
7. После сада создавайте спокойный и бесконфликтный климат в семье, если ребенок капризничает, то разрешите ему выплеснуть свои эмоции.
8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в период адаптации;
9. Утром будьте терпимее к его капризам и четко дайте понять, как бы он не плакал, все равно пойдет в детский сад. Если хоть раз Вы ему уступите, в дальнейшем Вам будет гораздо сложнее справиться с его слезами;
10. Научитесь быстро прощаться с малышом, не затягивайте расставание, ребенок почувствует Ваше беспокойство и ему будет еще труднее успокоиться.