

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

2021



Практически все родители рано или поздно сталкиваются с ситуацией, когда их подросшие малыши вынуждены знакомиться с детским садом. В этот момент перед взрослыми членами семьи и встаёт множество вопросов, например, как будет проходить адаптация в детском саду, в каком возрасте отдать своего ребенка в ДООУ, как ускорить привыкание к изменившимся требованиям и условиям.

Подобные сомнения и тревоги абсолютно естественны, так как на несколько лет дошкольное учреждение станет если не вторым домом для ребёнка, то существенной частью его жизни. К тому же именно от успешности адаптации часто зависит психологическое и физическое здоровье малышей. При поступлении в дошкольное образовательное учреждение у детей резко меняется их привычный жизненный мир и ребенку снова приходится приспосабливаться.

Адаптация — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Каждому ребенку рано или поздно приходится «социализироваться», т. е. быть способным жить среди других людей. Это необходимый для всех этап. Значит, вопрос состоит только в том, когда и в каких условиях желательно проводить социализацию ребенка. В детском саду маленький человек, попадая в коллектив своих ровесников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Здесь он приобретает опыт общения, понимания других людей. Этот опыт пригодится ему позднее в школе.

Выделяют два вида адаптации:

- Биологическая адаптация -это перестройка физиологических систем организма, обеспечивающая приспособление к новым условиям. Именно при биологической адаптации возникает снижение защитных функций организма, вследствие чего дети могут начать болеть, чаще, чем это было тогда, когда они находились дома. Но все это временно, как только организм привыкнет к изменениям все это пройдет.
- Социальная адаптация-это перестройка своей жизни, привычек под новые условия.

Трудности, с которыми могут столкнуться родители, когда дети начинают посещать детский сад:

1. повышенная плаксивость;
2. капризность;
3. нервозность;
4. резкая смена настроения;
5. появление вредных привычек (сосать палец, брать в рот разные предметы, что-то накручивать и т. п.);
6. изменение поведения и привычек детей.

Процесс адаптации ребёнка в детском саду может протекать по-разному. Одни ребята скорее привыкают к изменившейся обстановке, другие же надолго беспокоят родителей негативными поведенческими реакциями. По выраженности и длительности вышеперечисленных проблем и судят об успешности адаптационного процесса

Следует понимать, что абсолютная неприспособленность к садику – явление чрезвычайно редкое, поэтому необходимо обратиться к специалистам (психологу, неврологу, детскому врачу) и сообща выработать план действий.

Рекомендации родителям по посещению ребенком детского сада.

1. Ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью выпросить, кто толкнул, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче и быстрее привыкал к новым условиям жизни. Пусть воспитатель станет вашим помощником в воспитании ребенка.

2. Настраивайте ребенка на позитивный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
3. Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
4. Щадите его ослабленную нервную систему. На время можно прекратить походы в цирк, в театр, в гости; сократите просмотр телевизионных передач.
5. Как можно раньше сообщите врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
6. Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
7. Постарайтесь не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
8. Не наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
9. Не пугайте детским садом («Вот будешь плохо себя вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
10. Не отзывайтесь плохо о воспитателях и саде при ребенке.
11. Не обманывайте ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, предстоит оставаться в садике на полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день.
12. При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратитесь к детскому врачу или психологу.
13. При выраженных невротических реакциях оставьте малыша на несколько дней дома.

Как разговаривать о садике.

Объясните ребенку максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышей, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают».

1. Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребяткишек. То есть мама трудится учителем, врачом, менеджером, папа – военным, программистом и т.д., а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым.

2. Каждый раз, проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми. В его присутствии также можно рассказывать своим собеседникам о том, как гордитесь новоиспечённым дошкольником.
3. Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность. Пусть ребёнок не всё запомнит в силу возраста, зато он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон.
4. Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми.
5. Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Наверняка у вас сохранились фотографии с утренников, где вы рассказываете стихи, играете в куклы, идёте с родителями из садика и т.д. Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садiku.

Уважаемые родители!

Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимания на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь последовать нашим советам и рекомендациям. Тогда такое страшное слово «АДАПТАЦИЯ» пройдет для Вас и Вашего ребенка незаметно!