

Адаптация ребёнка в детском саду.

Возраст ребенка с 1 до 2 – 2,5 лет характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поэтому адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно. Надо так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

- Возраст.
- Состояние здоровья
- Уровень развития.
- Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
- Сформированность предметной и игровой деятельности.
- Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОО

- По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребенка на действия и поведение по сторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.
- Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в игру.
- Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки, попрыгаем как зайчики».
- Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.
- Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить в детский сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребенка от себя.
- Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.
- К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь;
 - - самостоятельно садиться на стул;
 - - самостоятельно пить из чашки;
 - - пользоваться ложкой;
 - - активно участвовать в одевании, умывании.
- Наглядным примером выступают, прежде всего, сами родители.
- Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны.
- Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный.
- Если ребенок не желает выполнять просьбы, вызвал у вас отрицательное переживания, сообщите ему о своих чувствах: мне не нравится, когда дети хнычут; я огорчена; мне трудно.
- Нужно соразмерять собственные ожидания с индивидуальными возможностями ребенка.

- Важно также постоянно поощрять ребенка, давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения просьбы.
- Планируйте свое время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребенка детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день. А в первые дни вам необходимо находиться рядом с телефоном и недалеко от территории детского сада.
- В период адаптации важно предупреждать возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей.
- Для этого не посещайте людные места, не принимайте дома шумные компании, не перегружайте ребенка новой информацией, поддерживайте дома спокойную обстановку.
- Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие взрослые, дети, обстановка, пища – очень хотелось бы, чтобы воспитатели к моменту прихода нового ребенка в группу знали как можно больше о его привычках и старались по возможности создать хоть некоторые условия, схожие с домашними (например, посидеть с ребенком перед сном на кровати, попросить убрать игрушки, предложить поиграть в лото.)
- Скорее всего, ваш ребенок прекрасно справится с изменениями в жизни. Задача родителей - быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радоваться при встрече с ребенком, говорить приветливые фразы: я по тебе соскучилась; мне хорошо с тобой. Обнимайте ребенка как можно чаще. Условия уверенности и спокойствия ребенка – это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е, четкое соблюдение режима.

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- Наличие у ребенка своеобразных привычек.
- Неумение занять себя игрушкой.
- Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми. Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Им свойственно быстро заражаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться вами при подготовке ребенка в детский сад.
- Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в детском саду ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

- Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.
- Принесите в группу свою фотографию.
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке.)

- Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.
- После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры.
- Устройте семейный праздник вечером.
- Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.
- Будьте терпеливы