

Адаптация ребенка к детскому саду

Родительская теплота нужна ребенку именно в ту пору, когда он – маленький и беспомощный – всецело зависит от старших! Мать нужна ребенку как источник безопасности. На втором году жизни продолжительная разлука с матерью может оказать негативное влияние: появляются капризность, плаксивость, обидчивость. Длительный эмоциональный стресс ослабляет защитные силы организма, и ребенок начинает часто болеть.

Отрыв от дома, близких и родных, и встреча с новыми взрослыми и детьми переживаются малышом как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, безтравматичным.

В детском саду ребенку нужно привыкнуть:

- к новым взрослым людям, которые будут о нем заботиться;
- к новой обстановке - помещениям, мебели, игрушкам;
- обществу своих сверстников;
- новой пище и условиям еды;
- новой обстановке для сна.

Ознакомительный период должен быть обязательно. Малышу нужно познакомиться с воспитателями, которые в детском саду возьмут на себя заботу о нем. Лучше всего, если первый раз ребенка приведут на прогулку или в группу после приема детей. Такое посещение позволяет ребенку в спокойной обстановке познакомиться с воспитателями и со всеми новыми для него помещениями. Ребенок должен убедиться, что в детском саду безопасно и интересно.

В ходе первой встречи ***необходимо добиться того, чтобы ребенок сам захотел прийти в детский сад.*** Если же малыш напуган и явно не хочет идти в детский сад, такие «пробные» встречи надо повторить несколько раз. Если ребенок теряется, жметя к матери, не надо настаивать, пусть он немного освоится. Лучше найти возможность побеседовать втроем (с ним и с воспитателем), рассмотреть игрушки, понаблюдать за другими детьми.

Особенно тяжело переносят дети разлуку с родителями, если их приводят к восьми часам утра и оставляют до вечера. При этом дети оказываются свидетелями слез и отрицательных эмоций других детей. Нет нужды объяснять, как это сказывается на их настроении.

Первую неделю можно приходить в период с 9.00 до 12.00, накормив ребенка дома завтраком. Родителям можно пройти в групповую комнату вместе с ребенком. Поддержка, уверенность в том, что мама рядом, помогает освоиться в новой обстановке, установить отношения с воспитателем, с детьми.

Если малыш в хорошем настроении, активен, легко отпускает родителей, они могут оставить его в группе одного на 2 – 3 часа уже со второго-третьего дня.

Случается, что ребенок не плачет, но и не играет, он подавлен. Такое состояние должно беспокоить не меньше, чем плач или капризы. Родителям следует на первых порах сократить время пребывания детей в группе до минимума, а домашние условия приблизить к режиму детского сада, потренировать его в самостоятельности, чтобы ребенок мог сам обслуживать себя.

Во вторую неделю можно попробовать обедать в группе и, возможно, к концу недели – спать. Все дети могут приносить из дома игрушки, которые они берут с собой в постель во время тихого часа.

Третью неделю лучше забирать ребенка вскоре после дневного сна.

В детский сад желательно поступать с уже сформированными навыками самообслуживания: дети должны самостоятельно ходить в туалет или пользоваться горшком, чистить зубы, одеваться и раздеваться (с помощью взрослых), пользоваться столовыми приборами и салфеткой, пить из чашки и т. п. Эти навыки только на первый взгляд кажутся элементарными, а как страдают дети, которых родители не научили простым приемам самообслуживания.

Родителям следует помнить, что в детском саду все игрушки будут общими, а ребенок будет вынужден подчиняться общим требованиям.

Если что-либо волнует вас в связи с детским садом, никогда не обсуждайте это при ребенке, но обязательно поделитесь своими опасениями с сотрудниками детского сада. Постоянный добрый контакт с педагогами позволит родителям избежать многих просчетов в воспитании ребенка и его дальнейшем обучении. Пусть малыш почувствует, что родители выражают полное доверие и симпатию этим новым для него людям.

Дома в адаптационный период нужно относиться к малышу более терпимо и внимательно. Обстановка в семье должна быть спокойной, обращение родителей с ребенком особенно ласковым.

Когда адаптация к детскому саду произойдет, родители узнают это по изменившемуся поведению ребенка. Его легко можно рассмешить, ребенок редко выходит из себя. Малыш ложится спать спокойно, у него нет ночных кошмаров или странных страхов, он почти не мочится в постель. У него появляются друзья, с которыми он охотно играет. Если эти добрые перемены произошли, значит, все в порядке, малыш привык к детскому саду, и у него началась новая и интересная жизнь. В садике он получит много нового и полезного.

*Как сделать процесс адаптации к саду наиболее мягким?
Как вести себя родителям? Что стоит объяснить малышу заранее?*

Рекомендации педагога- психолога:

Желательно, чтобы начало посещения детского сада не пришлось на *эпикризисные* сроки: 1 г 3 м, 1 г 6 м, 1 г 9 м, 2 г 3 м, 2 г 6 м, 2 г 9 м, 3 г.

Необходимо заранее познакомиться с условиями ДООУ и приблизить к ним условия воспитания в семье (режим дня, характер питания).

Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы малыш пошел в сад. Например: «Детский сад – это такой большой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Тебе там очень понравится: там много других детишек, которые все делают вместе – кушают, играют, гуляют. Вместо меня там будет с тобой тетя – воспитательница, которая станет заботиться о тебе, как и о других малышах. В детском саду очень много игрушек, там замечательная детская площадка, можно играть с другими детьми в разные игры и т.д.» Другой вариант: «В детском саду дети играют друг с другом и вместе кушают. Я очень хочу пойти на работу, потому что мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский садик – потому что тебе там понравится. Утром я отведу тебя в садик, а вечером заберу.

Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в детском саду, а я расскажу тебе, что у меня произошло за день на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот детский сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло – осенью я начну тебя туда водить».

Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще Вы будите его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что он будет делать в саду после прогулки, куда

он будет складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, и что он будет делать после обеда.

Формируем позитивный настрой. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим. Когда вы идете мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло – осенью он сможет сюда ходить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад. И через некоторое время ваш ребенок будет сам с гордостью говорить окружающим о том, что скоро он пойдет в детский сад.

Рассказываем о том, что ждет ребенка в детском саду. Честно говорим о возможных трудностях. Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду. Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает. Например: “Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: “Я хочу пить”, и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом воспитателю”.

Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы можете сказать малышу: “Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется, немного подождать”.