

Адаптационный период Вашего ребенка

Для того чтобы ваш ребенок быстро и легко привык к новому образу жизни, который предлагает детский сад, чувствовал себя в группе уверенно и комфортно, мы просим вас о сотрудничестве в период адаптации к новым условиям.

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.

Вашему ребенку будет проще привыкать ко всему постепенно. Поэтому мы просим вас в первый раз прийти с ребенком в то время, когда в группе не будет других детей и воспитатель сможет познакомиться с вашим малышом, а он – изучить нового для него взрослого человека. Ребенок будет чувствовать себя уверенно, если вы будете на первых порах рядом с ним.

Первую неделю мы просим вас приходить в период с 9.00 до 12.00, накормив ребенка дома завтраком, и оставаться с нами в группе до обеда.

Вторую неделю мы предложим ребенку попробовать обедать в группе и, возможно, к концу недели – спать.

Третью и четвертую неделю просим забирать ребенка вскоре после дневного сна.

Дома в адаптационный период нужно относиться к малышу более терпимо и внимательно. Если что-либо волнует вас в связи с детским садом, не обсуждайте это при ребенке, но обязательно поделитесь всеми опасениями с сотрудниками нашего учреждения. Просим вас рассказать психологу и воспитателям о ребенке как можно больше, все, что вы считаете особенно важным. Мы готовы прислушаться ко всем вашим пожеланиям.

Ребенок поступает в детский сад

1. Заранее необходимо познакомить ребенка с группой и с взрослыми этой группы (педагогами, помощником воспитателя).
2. Познакомить родителей с меню детского сада, предупредить заранее воспитателей о тех продуктах, которые нельзя давать детям или о «нелюбимых» блюдах.
3. Побеседовать с ребенком о предстоящем посещении детского сада, как о радостном событии.
4. Посетить с ребенком праздничные мероприятия, проводимые в детском саду.
5. Приводить ребенка во время прогулки группы детей (к 10 часам) и забирать его после прогулки.
6. Первоначально ограничить посещение группы ребенком в течение 2-х часов.
7. Приводить ребенка в детский сад кому-нибудь одному из членов семьи, и желательно тому, с кем ребенок быстрее расстается.
8. Объясняйте ребенку, как он помогает вам в работе, находясь в детском саду.
9. Не высказывайте при ребенке своих опасений типа «Сможет ли он спокойно расстаться с домом».
10. Вначале оставляйте ребенка только на обед, затем на дневной сон и забирать после сна, или раньше, если это потребуется.
11. Если ребенок хорошо чувствует себя в группе (по высказываниям педагогов), то можно оставлять его на целый день.
12. Дома соблюдайте распорядок дня детского сада: кормление, сон, бодрствование, ночной сон.
13. В адаптационный период не посещайте многолюдных мест (цирк, гости, парк и т.п.), чтобы ребенок не заболел.

Факторы, влияющие на успешную адаптацию ребенка

Исследования (Н.М.Аксарина, К.П.Печора, Р.В.Тонкова-Ямпольская и др.) показывают, что характер адаптации зависит от следующих факторов:

1. **возраста ребенка**, т.е. труднее всего адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 10-11 месяцев до 2 лет; после 2-х лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту, они становятся более любознательными, их можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями. Дети хорошо понимают речь взрослого, их легче успокоить, у них есть опыт поведения в разных условиях и опыт общения с разными людьми;

2. **состояния здоровья и уровня развития ребенка** – здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации;

3. **биологических и социальных факторов**; к биологическим факторам Р.В.Тонкова-Ямпольская, Т.Я.Черток относят токсикозы и заболевания матери во время беременности, осложнения при родах и заболевания в первые три месяца жизни, а также частые заболевания до поступления в детское учреждение. К социальным факторам относятся условия жизни в семье: создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств, которые соответствуют возрасту (например, умение играть с игрушками, общаться со взрослыми и другими детьми, самостоятельно обслуживать себя и т.д.). Если ребенок приходит в детский сад из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то, естественно, ему будет очень трудно привыкать к условиям дошкольного учреждения;

4. уровня тренированности адаптационных механизмов. Н.М.Аксарина, Р.В.Тонкова-Ямпольская, Т.Я.Черток отмечают, что тренировка этих механизмов не происходит сама по себе. Необходимо создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно попадали в разные условия (посещали родственников, выезжали на дачу и т.д.), легче привыкают к дошкольному учреждению;

5. опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми. По мнению Н.Д.Ватутиной, К.Л.Печора, важно, чтобы в семье у ребенка сложились доверительные отношения со взрослыми, умение положительно относиться к требованиям взрослого (идти спать, принимать пищу и т.п.). На характер адаптации оказывает влияние степень сформированности умений и навыков самообслуживания (умение самостоятельно принять пищу, одеваться, раздеваться и т.п.). Сформированность этих навыков обеспечивает ребенку самостоятельность и в какой-то степени независимость от взрослого.