

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

(памятка для родителей)

ЧЕТЫРЕ СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ ПРОХОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

Легкая адаптация: Более чем у половины малышей привыкание к условиям детского сада происходит легко. Они заходят в группу без истерик, находятся в хорошем настроении, охотно общаются с другими детьми, реагируют на обращение к ним воспитателя. Поход в садик не вызывает протеста, иногда малыш даже сам просится туда, капризы и приступы плохого настроения кратковременны. В этот период ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель.

Средняя адаптация: В течение всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность, беспокойность сна. Он испытывает беспокойство, приближаясь к группе, но через несколько минут справляется с напряжением и идет играть с детьми. В этот период дети часто болеют респираторными заболеваниями. Причиной тому становится стресс от изменения уклада жизни и нахождение в коллективе, где риск инфицирования заметно увеличивается.

Тяжелая адаптация: Ребенок часто болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки, проблемное поведение, нервные срывы, продолжительные истерики. Он практически не проявляет интереса к игрушкам, ведет себя тревожно и пугливо. Длится от 2 до 6 месяцев.

Очень тяжелая адаптация: Невротическое состояние ребенка длится более полугода. Возможно он «несадовый» ребенок.

ПРИВЫКАТЬ К НОВОМУ ЛУЧШЕ ПОСТЕПЕННО

Первая неделя

В течение первой недели ребенок находится в детском саду не более 2-х часов. При этом необходимо учитывать индивидуальные особенности эмоционального состояния ребенка.

Вторая неделя

Время пребывания детей в детском саду постепенно увеличивается. Родители могут прийти за ребенком во время прогулки и гулять вместе с детьми группы. После прогулки забирают домой. К концу второй недели, если ребенок привык к новой обстановке и сам выражает желание пообедать или остаться спать вместе с другими детьми, его желание нужно удовлетворить. В этом случае адаптация пройдет быстрее.

Третья неделя

Учитывая степень привыкания ребенка к групповому пространству, детям, окружающим взрослым, ребенка оставляют на послеобеденный сон. Очень важно, чтобы родители сообщили о продолжительности сна ребенка. От этого зависит, в какое время необходимо его забирать. На этом этапе родители забирают ребенка по звонку воспитателя, если малыш проснется раньше окончания дневного сна, или сразу после сна.

Четвертая неделя

Это период, когда ребенок постепенно выходит на целый день пребывания в детском саду.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ОСЛОЖНЕНИЯ И ЗАТЯГИВАНИЯ ПЕРИОДА АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

- * Отсутствие опыта социализации. Незначительный опыт общения с другими детьми.
- * Индивидуальные особенности развития нервной системы и психики ребенка.
- * Замедленное речевое развитие.
- * Разлука с близкими. Особенно со значимым человеком.

- * Недооценивание родителями важности режима адаптации.
- * Отсутствие необходимых навыков самообслуживания в соответствии с возрастной группой ребенка.
- * Не стабильное эмоционально-психологическое состояние, как самого ребенка, так и климата в семье.
- * Несовпадение режима ребенка дома и режима дошкольного учреждения.
- * Болезненность ребенка и несистематическое посещение детского сада.
- * Советы и рекомендации воспитателей не берутся родителями во внимание.

ПРАВИЛА УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ

1. Не оставляйте ребенка в первое время в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирайте его домой.
2. Целесообразно узнать все правила, которые существуют в саду, особенно те, что касаются личной гигиены. Постарайтесь придерживаться их дома – тогда ребенок будет легче привыкать к требованиям садика. Обязательно оставьте в саду запас одежды и белья, чтобы в случае необходимости ребенок мог быстро переодеться в чистое и сухое.
3. Как можно раньше сообщите воспитателю о личных особенностях малыша.
4. Не приучайте детей к перекусам. А соблюдайте режим питания. Организм ребенка привыкает к перекусам и в саду ему этого может не хватать. Малыш будет испытывать дискомфорт, но объяснить не сможет. Ест ли ребенок сам или ему нужна помощь? Уверенно пользуется ложкой? Решите, как много вы хотите помощи в этом вопросе от воспитателей. Расскажите о ваших пожеланиях людям, которые будут непосредственно общаться в вашем малышом.
5. Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
6. Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему ребенка.
7. На время адаптации прекратите походы в цирк, театры и гости. Немного сократите просмотр телевизионных передач.
8. Создайте в выходные дни дома для него режим такой же, как в детском саду.
9. Не реагируйте негативно на выходки ребенка и не наказывайте его за капризы. Старайтесь объяснить ему о недопустимости такого поведения.
10. Владейте своими эмоциям, когда приводите ребенка в детский сад. Помните, что ребенок эмоционально очень сильно связан с мамой. Плачет ребенок – плачет мама. Плачет мама - плачет ребенок. Продумайте ритуал расставания, чтобы ребенку было проще вас отпустить.
11. Никогда не обманывайте ребенка. Обман – даже если у вас изменились планы – может стать очень тяжелой правдой для ребенка, поколебать его доверие к вам и свести на нет все усилия по успешной адаптации в саду. Поэтому, если вы не уверены, что сможете забрать ребенка раньше не обещайте ему этого. Лучше забрать его раньше без предупреждения. Это станет для него приятным сюрпризом.
12. В присутствии ребенка говорите о детском саду только хорошее. Не обсуждайте проблемы, связанные с детским садом. Это может оказать негативное эмоциональное отношение вашего ребенка к детскому саду.