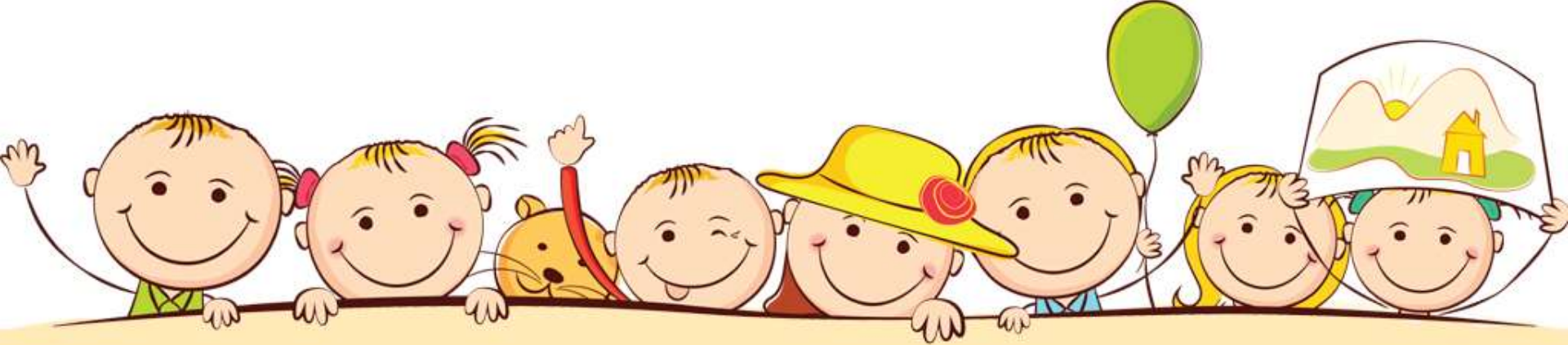




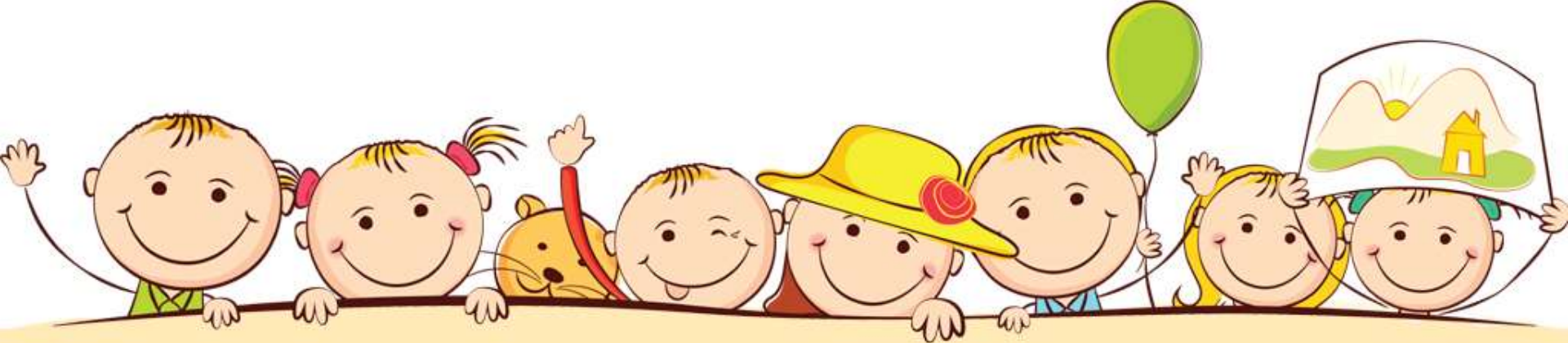
*Адаптация детей младшего дошкольного
возраста к ДОУ*



- Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение.
- Конечно же вы очень волнуетесь, как он отреагирует на перемены в его жизни, с какими реальными проблемами, возможно придется столкнуться вам и малышу и как сделать процесс адаптации более мягким.

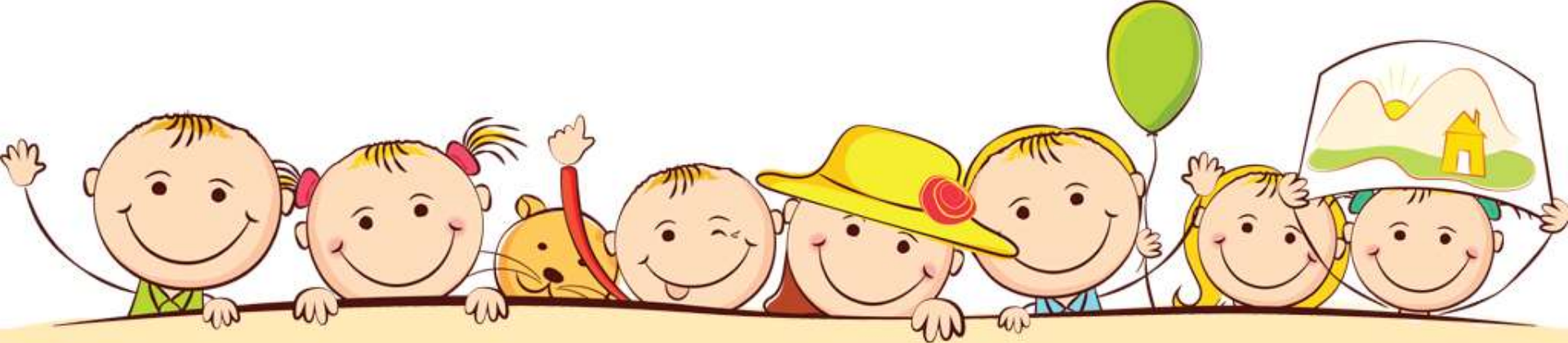


- Адаптация – это приспособление организма и личности к новой обстановке, а для ребенка дошкольное учреждение, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Поэтому темпы адаптации у разных детей будут различны.



Признаки готовности ребенка к детскому саду:

- Малыш может остаться без родителей;
- Легко знакомится со сверстниками и взрослыми, проявляет интерес.
- Может занять себя игрой



Есть три степени тяжести протекания адаптации:

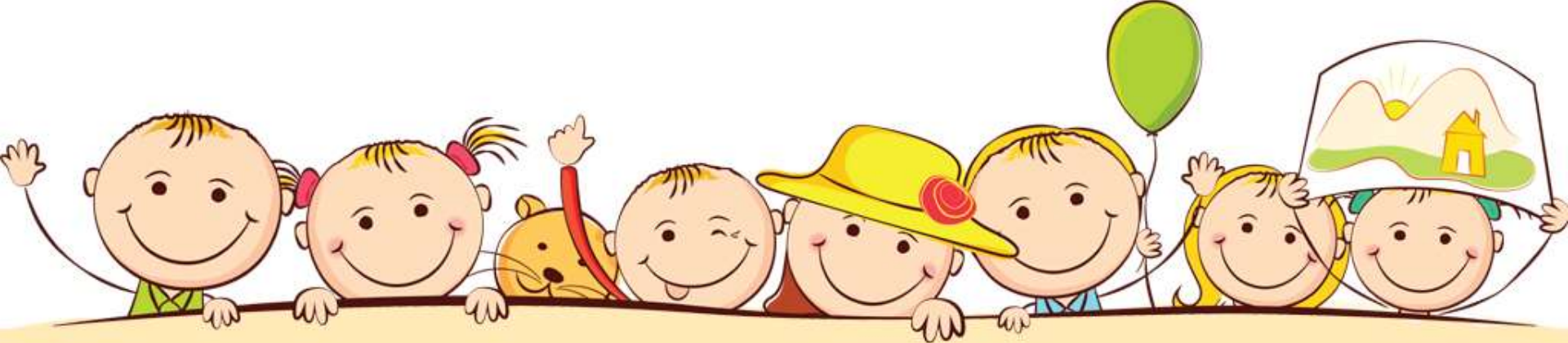
- Легкая степень адаптации – ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течении 1-2 недель
- Средняя степень – в течение всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность и беспокойность сна. Этот период длится 20 - 40 дней
- Тяжелая степень адаптации – длится от 2- до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца, возникает стойкий энурез, ребенок отказывается играть, плохо ест и спит, капризничает, часто болеет.

Адаптационный период условно делится на 3 этапа



I этап - подготовительный.

- Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям.
- Коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему ребенка от переутомления.
- Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.
- Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии.
- Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.



II этап – основной.

- Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя.
- Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения.
- Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, сможет найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.



III этап – заключительный

- Чтобы привыкание к ДООУ было максимально безболезненным для ребёнка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально);
- В течении 1-2 недель ребёнок посещает детский сад 2 часа, затем время увеличивают на 1,5-2 часа.
- Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

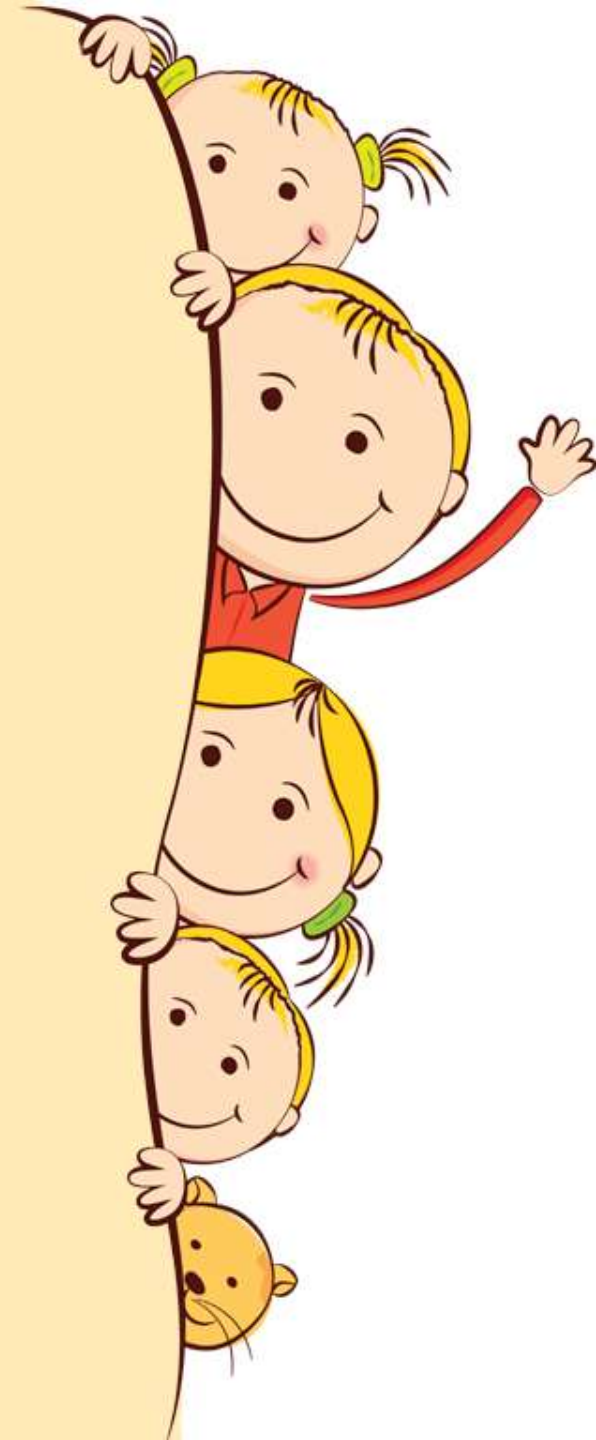
Легче всего пройдет адаптация у детей

- Дети, чьи родители готовили их к посещению сада заранее (читали сказочные истории про детский сад, гуляли возле детского сада...)
- Дети, физически здоровые, т.е. не имеющие хронических заболеваний (в этот период все силы ребенка напряжены, и можно направить на привыкание к саду, не тратя время на борьбу с болезнью)
- Дети, имеющие навыки самостоятельности (не надо тратить силы ребенка еще и на обучение всему необходимому)
- Дети, чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание)
- Дети, чей рацион питания приближен к саду.



Что делать, когда возникают трудности в адаптации?

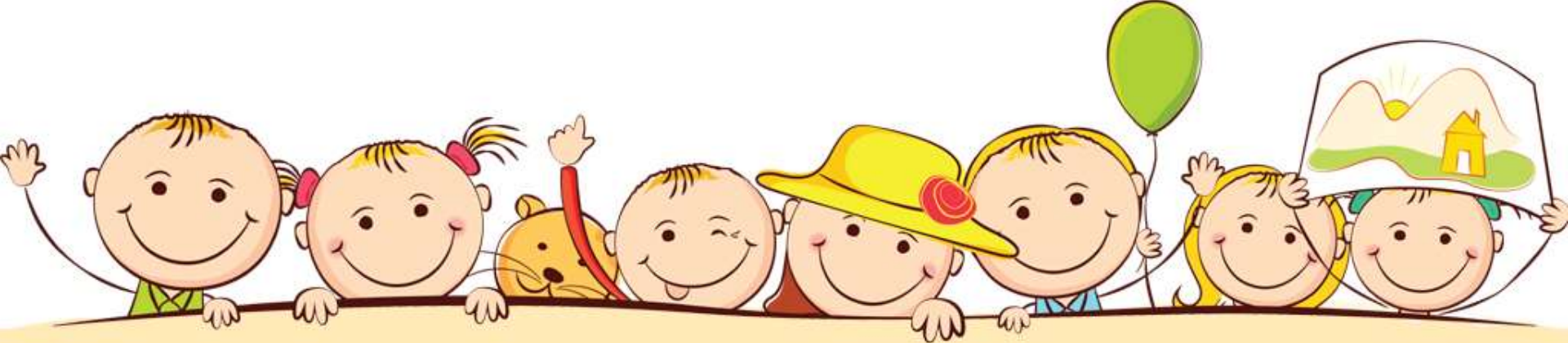
Родителям необходимо интересоваться, как ведет себя ребенок в группе, играет ли с другими детьми, легко ли сходится со сверстниками, умеет ли выполнять элементарные требования. В чем ребенку надо помочь, что подкорректировать дома? Ведь наиболее успешно адаптация проходит тогда, когда и в группе, и в семье требования будут похожими.



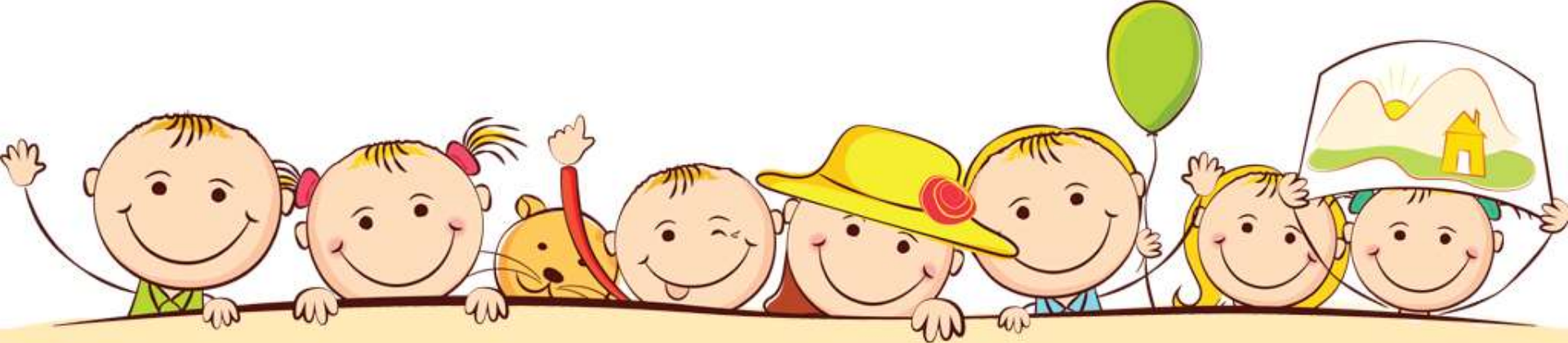
В период адаптации очень важно соблюдать следующие рекомендации:

- Адаптировать ребенка к детскому саду лучше во время вашего отпуска, так как в первое время ребенок находится не более 1-2 часов (это регулирует воспитатель по мере наблюдения за малышом);
- В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала;
- В период приспособления к новым условиям нужно тщательно наблюдать за изменениями в состоянии здоровья малыша и своевременно сообщать о них работникам детского сада;
- В период адаптации малыш особенно нуждается в теплом, ласковом обращении с ним. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы. Чаще обнимайте ребенка. Скажите малышу: "Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!"

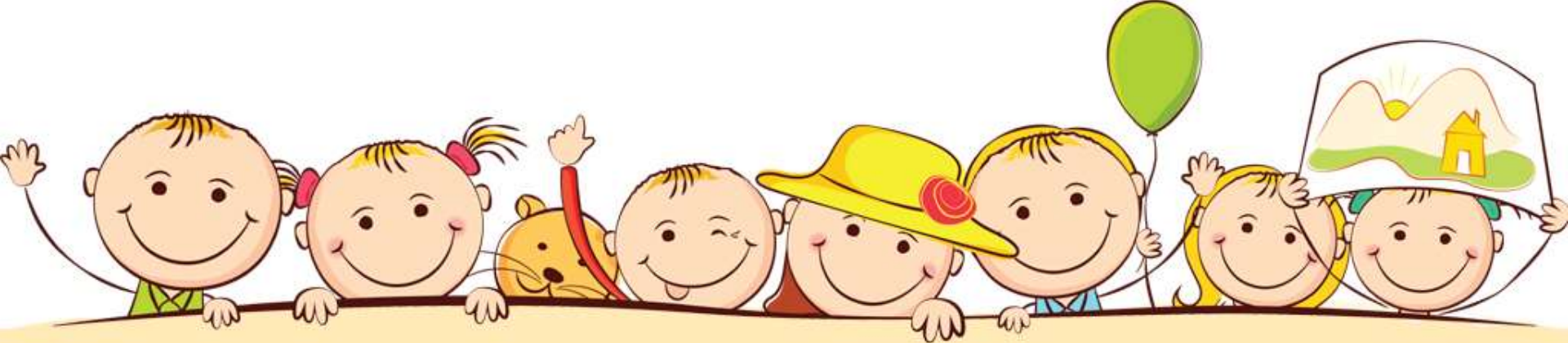




- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
- Дома необходимо поддерживать спокойную обстановку, не перегружайте впечатлениями, не принимайте и не посещайте гостей.
- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.
- Обязательно скажите, что вы придете и обозначьте когда.
- Расставание не следует затягивать, прощайтесь легко и быстро. Не вызывайте у ребёнка тревогу. Ваше спокойствие, уверенность, улыбка говорят малышу, что все в порядке и можно смело отправляться в группу. Постарайтесь пораньше забирать ребёнка из детского сада, он очень скучает.



- Призовите на помощь сказку или игру.
- Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неуютно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками.
- И в ней ключевым моментом являются возвращение мамы за ребенком.
- Ни в коем случае не прерывайте повествования. Пока не настанет этот момент.
- Убедитесь в собственной уверенности, что в вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садового воспитания. Любимые ваши колебания ребенка использует для того, чтобы воспротивится расставанию с родителями.



- Благодарим за внимание и надеемся взаимопонимание.