

Адаптация ребенка к условиям ДОУ



Адаптационный период – серьезное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка, расстройство сна и аппетита. В возрасте 1-3 лет ребенок имеет ряд специфических возрастных возможностей. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поступление в детский сад часто вызывает у ребенка стресс. Это обусловлено тем, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая ребенка среда, появляется большое количество незнакомых людей. Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Семья ребенка также требует какое-то время для того, чтобы приспособиться к новым жизненным обстоятельствам.

Рекомендации родителям, на период когда ребенок начал впервые посещать детский сад.

- ✓ привести домашний режим в соответствие с режимом группы;
- ✓ познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
- ✓ расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
- ✓ по возможности приучать ребенка к самостоятельности при самообслуживании;
- ✓ отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
- ✓ не отдавать ребенка в разгаре кризиса трех лет;
- ✓ как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он скоро придет;
- ✓ стараться отдать его в группу, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе;
- ✓ настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад;
- ✓ не угрожать ребенку детским садом как наказанием за непослушание;
- ✓ не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;

- ✓ планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день;
- ✓ все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
- ✓ настраивать ребенка на мажорный лад, внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим;
- ✓ не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать детей домой;
- ✓ создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье;
- ✓ щадить его ослабленную нервную систему;
- ✓ не увеличивать, а уменьшать нагрузку на его нервную систему. На время прекратить походы в театр, в цирк, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач;
- ✓ как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша;
- ✓ создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;
- ✓ не наказывать ребенка за детские капризы;
- ✓ будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.

Как не надо:

- ✓ отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- ✓ не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;
- ✓ препятствовать контактам с другими детьми;
- ✓ увеличивать нагрузку на нервную систему;
- ✓ одевать ребенка не по сезону;
- ✓ конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

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;
- ✓ демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу;
- ✓ будьте терпеливы.