

Консультация для родителей. «Адаптация ребенка к детскому саду. В возрасте от 1,5–3 лет»

В возрасте 1,5-3 лет у ребёнка всё взаимосвязано: состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и нервно-психическое развитие. Это самый благодатный возраст - наиболее ощутимы изменения: малыш начал разговаривать, сам собирать или разбирать пирамидку, задавать первые вопросы: «почему?», «куда?». И это далеко не всё. Необходимое развитие в это время малыш получает через игрушки, самое важное занятие для него - игра. И родителям надо понимать, что добиваться желаемого можно через предложение: «Давай поиграем!». Мы же здесь постоянно играем с детьми, потому что именно в игре они знакомятся с окружающим миром, изобразительной деятельностью, конструированием, художественной литературой. В игре же происходит и развитие речи малышей.

Для каждого родителя именно его ребёнок самый лучший, самый умный. Но вот его отдают в детский сад. Естественно, у мамы с папой возникают первые переживания, связанные с садом. А как ребёнок привыкнет? Понравится ли ему?.

Обычно период адаптации детей к условиям ДОО не превышает двух месяцев. Но для того чтобы он прошёл без лишних потрясений, мы все должны постараться максимально избавить новичков от травмирующих их факторов.

Что же для этого нужно?

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребёнок идёт в детский сад, там ему будет хорошо, о нём будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошёл в садик».
2. В уголке для родителей висит листок режима дня ребёнка. Это ещё один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большой степени с режимом ДОО: завтрак, обед, сон, полдник, укладывание на ночь. И стараться максимально придерживаться этого режима.
3. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

Вот мы и подошли к самому главному: все документы готовы, ребёнок и родители настроены идти в садик, к детям. В первый день лучше привести ребёнка на несколько часов, лучше если это будет совместная прогулка; во второй день – можно повторить прогулку и добавить обед. Воспитатели наблюдают за вашим ребёнком и, в зависимости от его поведения (привыкания, эмоционального настроения), сообщают вам, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на целый день.

Но вот ребёнок заплакал, и у родителей возникает вопрос: «Как быть?». Да ведь это очень хорошо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «равнодушные» дети, ведь они все переживания держат в себе. Ребёнок плачет – и успокаивается эмоционально, он даёт «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают детский сад с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов.

1 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.

В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделять рациону питания малыша, приучать есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбные суфле и т.д. Тогда ребенок не будет отказываться в детском саду от знакомой пищи и не останется голодным. Для хорошего самочувствия малыша имеют значение и такие моменты, как способ кормления, укладывание спать. В детском саду дети едят сами, сидя за столами. Воспитатели только докармливают их по необходимости.

Педагоги не смогут уделить должного внимания, которые привыкли есть через соску, сидя на руках взрослого и т.д. Воспитатель следит за тем, чтобы дети спокойно засыпали. Одного погладит, другому улыбнется, третьего накроет одеялом. Отличные от общепринятых привычки при засыпании (укачивание в коляске, засыпание на руках и т.д.) отвлекают воспитателя, при этом страдают и дети. Ломка устойчивых стереотипов при кормлении и укладывании спать в дошкольном учреждении приводит к негативным реакциям адаптирующихся детей. Поэтому всю коррекцию необходимо провести в домашних условиях, и делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться, одеваться, 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. Как только в семье посчитают, что все эти задачи успешно решены и малыш подготовлен к приходу в детский сад, наступает следующий этап – в работу включается педагог, который непосредственно будет работать с ребенком в детском саду.

2 этап – основной.

Главная задача данного этапа – создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Следует подробно и откровенно рассказать воспитателю об особенностях своего ребенка: что он любит, какую игрушку любит больше всего, как он засыпает, как его ласково называют дома.

Имея полную информацию о ребенке, воспитатель быстрее поймет его и установит контакт, да и ребенку будет легче, когда он вдруг вспомнит о маме, а воспитатель тут же сможет его отвлечь, предложив любимую игрушку или назвав ласково по имени. Опора на знакомое в незнакомой обстановке помогает ребенку обрести спокойствие, не отчаиваться в незнакомых для него условиях. На первых порах ребенок вместе с мамой наблюдает за детьми и воспитателем в группе, ему необходимо осмотреться в новых условиях, привыкнуть к незнакомой обстановке. Вначале он будет держаться настороженно, прижиматься к маме. Не следует его тормозить и торопить. Пусть привыкает. Эта встреча для него не последняя. Первые визиты длятся не более часа. Мама помогает ребенку осваиваться, поддерживает его интерес к окружающему. На фоне положительного эмоционального общения легко складывается деловое сотрудничество взрослого и малыша. Поэтому мама может на какое-то время выйти из группы, а если ребенок спохватится, обнаружив её отсутствие, он тут же успокаивается, услышав заверения о том, что не стоит волноваться, мама сейчас вернется. Так малыш начинает верить взрослому, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

3 этап – заключительный.

Ребенок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, самочувствие малыша, аппетит, в последнюю очередь – сон.

В этот период важно:

- создание эмоциональной атмосферы в группе;
- формирование чувства уверенности в окружающей среде.

Для этого необходимо:

- знакомство детей, их сближение друг с другом (проводятся игры «Давай познакомимся», «Раздувайся пузырь», «Чей голосок», «Расскажи стихи руками»);
- знакомство с воспитателями, установление отношений между воспитателями и детьми, основанных на доверии;

- знакомство с группой и детским садом (проводятся игры «Найди игрушку», «Чьи вещи», «Как пройти»);
- знакомство со всем персоналом детского сада;
- знакомство и дружба с детьми подготовительной к школе группы.