Будем знакомы! Ваш ребенок пошел в детский сад!

Подготовила воспитатель МБДОУ № 87
г. Владимир
Королькова Юлия Сергеевна
Шохина Надежда Николаевна

Адаптация – процесс приспособления организма к новым условиям.

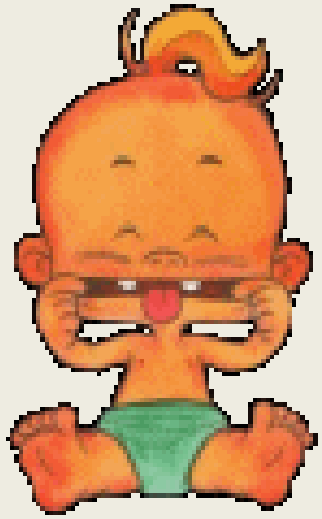
Для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит

множество изменений:

- ***Отсутствие родителей в течение 9 и более часов***
- ***Новые требования к поведению***
- ***Строгий режим дня***
- ***Другой стиль общения***
- ***Постоянный контакт со сверстниками***
- ***Новое помещение***

Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям:

- капризы,
- страхи,
- отказ от еды,
- частые болезни.



Необходимо готовить ребенка заранее к поступлению в детский сад!

Общая задача воспитателей и родителей – помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада.

***Адаптация** – это постепенный процесс, имеющий свою продолжительность у каждого ребенка.*

Выделяют три степени адаптации:

Легкая адаптация - сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного.

Адаптация средней тяжести - сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса.

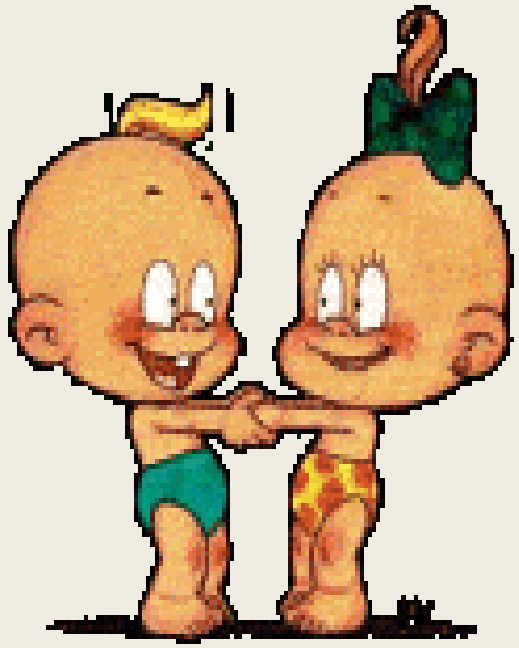
Тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Судить о действительном окончании адаптационного периода в большинстве случаев мы можем после 4-6 месяцев, а у некоторых детей – после года пребывания в саду. Особенно это относится к детям от 2 до 3 лет, поскольку частые заболевания в этом возрасте замедляют их окончательное привыкание к детскому саду.

Наиболее эмоционально уязвимы при поступлении в детский сад дети с сильной привязанностью к матери и малым социальным опытом (отсутствие общения со сверстниками, контактов со взрослыми и т.п.)-это дети от 1 года до 3 лет. Для таких детей адаптация – это изнуряющий плач, отказ от всего, чем занимаются другие дети, рыдания при сборах на прогулку, подготовке к обеду.

При неумелом подходе к таким детям можно нанести им такую эмоциональную травму, последствия которой скажутся на всем последующем развитии ребенка.

Адаптационный период считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.



Рекомендации родителям по подготовке ребенка к детскому саду:

- Занимайтесь со своим ребёнком: т.е. учите его самостоятельно обслуживать себя-одеваться, раздеваться, есть, пользоваться горшком, но никак не памперсами!!!
- Придерживайтесь дома того же режима дня, что и в детском саду, хотя бы на момент привыкания ребёнка к дошкольному учреждению.
- Настраивайте ребёнка на детский сад только положительно, чтобы не было проблем при расставании с родителями по утрам.

- Общайтесь с ребёнком, не отмахивайтесь от его вопросов. Сами наталкивайте его на разговор с вами. Беседуйте с ним как можно чаще! Проявите заинтересованность в своём ребёнке! И у вашего ребёнка не будет проблем в речевом и умственном развитии.
- Старайтесь, чтобы ваш ребёнок хоть немного ходил пешком, без санок, без маминых и папиных рук! Развивайте ножки ребёнка! Мы прекрасно понимаем: вы торопитесь на работу, времени в обрез, НО всё-таки найдите компромиссное решение этой проблеме.

Главное же для ребёнка в период адаптации к детскому саду – это Ваше терпение и любовь.

Не делайте ошибок!!!

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка.

Чего нельзя делать ни в коем случае:

- **Нельзя наказывать** или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держать слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
- **Нельзя пугать детским садом** («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- **Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.** Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- **Нельзя обманывать ребенка**, говоря, что вы придете ОЧЕНЬ СКОРО, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Что делать, если…

…Ребёнок начал ходить в детский сад:

- Установите тесный контакт с работниками детского сада.
- Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно.
- Не оставляйте ребёнка в саду более чем на 8 часов.
- Поддерживайте дома спокойную обстановку.
- Не перегружайте ребёнка новой информацией.

…Ребёнок плачет при расставании с родителями:

- Рассказывайте ребёнку, что ждёт его в детском саду.
- Дайте ребёнку с собой в сад любимую игрушку или какой-то домашний предмет.
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребёнком своего беспокойства.
- Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.

Любой родитель должен помнить, что основная ответственность за успешность адаптации лежит на нем. Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребенка к ДОУ в любом возрасте, не жалейте времени на эмоционально-личностное общение с ребенком, поощряйте посещение детского сада ребенком. Помните, что детский сад- это первый шаг в общество, импульс к развитию знаний ребенка о поведении в обществе.

Хорошо у нас в саду!

В детский садик я хожу
И со всеми там дружу.
Каждый день у нас с утра
Начинается игра.

Вот сегодня я — пилот,
Значит, скоро мне — в полёт.
А у девочек — больница,
Главный врач — моя сестрица.

Спасибо за внимание!