

Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОО

Адаптация ребенка к детскому саду является болезненным периодом, при котором происходит ломка привычного образа жизни ребенка и его родителей. Переступая порог детского сада, в жизни каждого ребенка начинают происходить значительные изменения, связанные с новым распорядком дня, болезненным расставанием с матерью, а также с длительным пребыванием ребенка в незнакомом помещении с незнакомыми взрослыми и детьми. Такая резкая смена условий существования, как правило, сопровождается тяжелыми переживаниями ребенка, снижением игровой, а иногда и речевой активности. Эмоциональный шок, испытываемый ребенком в период адаптации к детскому саду, резко снижает защитные свойства организма и негативно сказывается на его здоровье.

Советы для родителей:

1. Провести первое знакомство родителей и ребенка с ДОО:
 - прийти на детский праздник;
 - проконсультироваться у психолога;
 - посетить занятия;
 - пройти с экскурсией по ДОО;
 - посетить «День открытых дверей».
2. Приходя в детский сад, желательно познакомится с группой, куда будет ходить ребенок, с сотрудниками, работающими там.
3. В адаптационный период нежелательно разрушать любые привычки, в том числе и вредные (например, если ребенок сосет палец, не засыпает без соски или пения и т.п.), так как это осложнит приспособление к новым условиям. На момент поступления в детский сад необходимо предупредить воспитателя о «особых» привычках ребенка, если таковые имеются.
4. Необходимо тренировать у ребенка систему адаптационных механизмов, приучать его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.
5. Нужно придерживаться режима дня максимально приближенного к режиму в ДОО.
6. Готовится к посещению сада лучше вместе. Ребенок будет более заинтересован посещением ДОО, если родители, покупая необходимые вещи, будут привлекать и ребенка.
7. Накануне первого посещения детского сада необходимо напомнить малышу, что завтра он идет в группу, и ответить на все вопросы.
8. Рекомендуется укороченный день. Адаптация детей в основном начинается в летний оздоровительный период (этот этап самый рациональный), когда малыши большую часть времени проводят на прогулке, что способствует более легкой адаптации, так как дети имеют больше возможности находиться в привычной, естественной обстановке:

играть с песком, водой, которые являются прекрасными психопрофилактическими средствами.

9. Первые несколько дней (приблизительно неделя, иногда до трех недель) желательное присутствие родителей в группе, на прогулке вместе с ребенком, т.к. с мамой ребенок чувствует себя уверенно и спокойно. Мама может помочь мне одеть других детей, принять участие в игре, участвовать в процессе кормления своего дитя, других ранимых малышей. В это время (период адаптации) пребывание ребенка в детском саду укорочено. Игры и игрушки вызывают у ребенка острый интерес. Любознательность и активность побуждают его ненадолго отлучиться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается за эмоциональной «подпиткой». Здесь советуем маме отпускать малыша, одновременно следить за его безопасностью, своевременно откликаться на его призывы. Сначала проявления самостоятельности очень не долговременны, но постепенно малыш все дальше отходит от мамы, добровольно принимает участие в играх со мной, другими детьми и чужими мамами.

10. Важно избегать обсуждения при ребенке волнующих проблем, связанных с детским садом.

11. Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим.

12. Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.