

Адаптация ребенка в детском саду

В жизни практически каждого родителя наступает момент, когда своё чадо нужно оформлять в детский сад. Первый вопрос, который беспокоит родителей: «Как пройдет адаптация ребёнка в детском саду?». И в этом нет ничего странного, поскольку в новых, пусть даже самых благоприятных условиях, жизнь ребёнка связана с некоторыми трудностями.

Исходя из этого, можно сказать, что адаптация – это привыкание организма к новой обстановке, новому окружению и отношениям.

В домашней атмосфере ребёнок чувствует себя комфортно, так как все условия приспособляются к его личным потребностям. А в детском саду наоборот, ребёнку самому нужно приспособляться к новой обстановке, обязанностям и правилам. Период адаптации может проходить от 3 недель до 3 месяцев, иногда и больше. Во время адаптации зачастую здоровье ребенка может ухудшиться, так как стресс снижает работу иммунной системы. Поэтому, психологи утверждают, что чем раньше отдать ребёнка в сад, тем быстрее пройдет период адаптации.

Конечно, адаптация каждого ребёнка проходит индивидуально. Всё зависит от методов воспитания ребенка в семье, уровня развития ребёнка, возрастного соответствия и зависимости от мамы. Очень часто, когда ребёнок возвращается из сада, можно заметить, что он буквально по пятам ходит за матерью, пытаясь восполнить дефицит общения с любимым человеком. В таком случае ребёнка не нужно оставлять в саду надолго.

Группы адаптации в детском саду

По характеру приспособления к условиям детского сада, детей можно распределить на три группы.

К 1 группе можно отнести детей, для которых период адаптации в детском саду проходит легко. Такие дети очень самостоятельные и уравновешены, что свидетельствует о доброжелательной атмосфере в семье.

2 группа детей – это дети, адаптация которых проходит медленнее и с некоторыми трудностями. Их поведение часто меняется. Судя по такому поведению можно сказать, что доброжелательные взаимоотношения в семье часто сменяются безразличием.

И 3 группа – дети, с которыми трудно найти контакт. Как правило, такие дети несамостоятельны или по натуре они застенчивы, их игровые навыки часто не сформированы. Они часто болеют, из-за чего их адаптационный период ещё больше замедляется.

Иногда бывает так, когда, невзирая на все старания педагогов, становится совершенно очевидно, что ребёнку в саду плохо. В таком случае, прежде чем забирать ребёнка из сада, попробуйте обратиться за советом к психологу. Но если и



это не поможет, тогда остаётся попробовать создать в домашней обстановке преимущества детского сада.

Как подготовить родителям ребенка к детскому саду

Если родители решают оформить ребёнка в детский сад, то им необходимо помнить, что в жизни ребёнка начинается новый, абсолютно неизвестный этап. Поэтому будет лучше, если подготовить малыша заранее. В том случае, когда ребёнку не удастся адаптироваться, тогда отмечаются различные проявления депрессии. К таким проявлениям относятся:

- отсутствие положительных эмоций;
- ребёнок часто плачет;
- испытывает определённые сложности в установление контакта со сверстниками; - ухудшается или вовсе исчезает аппетит, то же касается сна;
- ребёнку тяжело расставаться с родными;
- общее состояние ребёнка становится подавленным.

Но родители, как никто другой, могут помочь своему чаду. Ведь всегда проще предотвратить подобные последствия, нежели бороться с ними.

Для того, чтобы адаптация в детском саду прошла гладко, специалисты рекомендуют придерживаться следующих правил.

- 1. Большое значение имеет выбор детского сада. Данное учреждение с первых минут должно производить благополучное впечатление на взрослых.**
- 2. Обязанность родителей, как можно раньше донести ребёнку положительную информацию о детском саду. Рассказать, что там много деток, игрушек и вообще очень интересно. Но в то же время, нужно не перестараться, чтобы не вызвать у ребёнка страх и неуверенность в себе.**
- 3. Очень важным является соответствие домашнего режима режиму работы детского сада. Особенно это касается времени укладывания спать и периодов питания. Режим детского сада: 8.30 - завтрак, тихий час - с 13 до 15. Забирают детей в 17-18 часов. К вечернему сну лучше всего отправляться в 21.00.**
- 4. С первых дней, никоим образом нельзя оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. На начальном этапе дети очень устают как морально, так и физически, поэтому несколько дней в неделю лучше оставаться с ребёнком дома.**
- 5. Необходимо научить ребёнка элементарным навыкам самообслуживания и самостоятельности.**
- 6. Обязательно поставьте в известность воспитателей о привычках и пристрастиях вашего ребёнка. Это поможет избежать конфликтов на будущее.**

7. Никогда не запрещайте малышу брать с собой игрушки. Это позволяет ему внести частичку своего дома в абсолютно новую обстановку.

8. Будьте на связи с персоналом группы. Интересуйтесь, как можно чаще поведением ребёнка, его отношениями с окружающими людьми.

9. Наиболее тяжело адаптация в условиях детского сада проходит у единственного в семье ребёнка. Поэтому необходимо заблаговременно познакомиться с воспитателями группы и особенностями организации жизни в группе.