

Для вас, родители!

Адаптация ребенка к детскому саду



Мифы об адаптации

Миф 1.

Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно

Миф 2.

Дети в детском саду все время болеют.

Миф 3.

У ребенка, который начинает ходить в детский сад портится характер, он становится просто невыносимым.



Первые признаки того, что ребенок адаптировался.

1. Хороший аппетит.
2. Спокойный сон.
3. Охотное общение с другими детьми.
4. Адекватная реакция на предложения взрослого.
5. Нормальное эмоциональное состояние (жизнерадостный, активный, любопытный...)



Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Степень и срок адаптации:

Легкая – нормализуется в течении 1 месяца;

Средняя - в младшем дошкольном возрасте 2 – 3 месяцев;

Тяжелая – срок привыкания может продлиться до 6 месяцев.

В том случае, когда ребёнок не справляется с задачей адаптации к новым условиям, мы можем наблюдать симптомы трудной адаптации:

- нарушение положительного эмоционального состояния ребёнка;
- ребёнок много плачет, стремится к эмоциональному контакту с взрослыми или, напротив, раздражённо отказывается от него;
- ребёнок испытывает сложности с установлением контакта с другими детьми;
- нарушение аппетита;
- нарушение сна;
- болезненно протекает разлука с родными;
- снижается общая активность;
- общее подавленное состояние.

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций:

- перед поступлением в детский сад лучше привести ребенка на прогулку для знакомства с детьми и воспитателями;
- заранее познакомиться с режимом детей в детском саду и приблизить постепенно к нему домашний режим Вашего ребенка;
- приучайте к новым условиям ребенка постепенно и последовательно;
- не следует резко менять привычный уклад жизнедеятельности ребенка, например, отучать от вредных привычек;
- предоставьте ребенку возможность принести в детский сад свои любимые игрушки;
- согласуйте свои действия с воспитателем: чего избегать, а что поощрять у ребенка.
- создайте особый ритуал ухода и возвращения Вас в детский сад;
- когда вы уходите – расставайтесь с ребенком легко и быстро. Не показывайте ему свое волнение;
- не давайте ребенку почувствовать собственную боязнь разлуки;
- учите ребенка общению со взрослыми и детьми. Не ограничивайте общение ребенка только семейным кругом.

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он впервые поступил в детский сад

- Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения.
- Каждый день читайте малышу.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
- Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скучитесь на похвалу.

