

«Адаптация детей к детскому саду»

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую для него среду и привыкание к ее условиям. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения, нужно рассматривать, как процесс или приспособление функций организма ребенка к условиям существования в группе. Период адаптации один из самых сложных в жизни ребенка. Для ребенка не посещавшего детское учреждение непривычно все, отсутствие близких, присутствие незнакомых людей, большое количество детей, новый распорядок дня, новая пища, новая обстановка для сна. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, что приводит к капризам, страхам, отказу от еды, частым болезням. Каждый ребенок переживает период адаптации индивидуально. Некоторые малыши привыкают к новому режиму за пару недель и при этом отлично себя чувствуют. Другие малыши тяжело переносят адаптацию, они находятся в подавленном состоянии. Период продолжительности адаптации зависит от уровня развития малыша, его умения общаться. При установлении степени тяжести адаптации к условиям дошкольного учреждения рассматривают: сон, аппетит, и эмоции. Выделяют 3 степени адаптации: легкая, средняя, тяжелая. Легкая адаптация длится до 16 дней. Поведение ребенка нормализуется в течение 2 недель, отмечается незначительное снижение аппетита, сон налаживается в течение 20-30 дней. Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается. Средняя адаптация продолжается от 1- 2 месяцев. Происходят нарушения в общем состоянии, настроение неустойчивое, качество сна страдает, наблюдается плаксивость в течение дня. Отношение ко взрослым избирательно. Тяжелая адаптация продолжается от 2- 6 месяцев. Ребенок часто болеет, теряет в весе, наблюдается ухудшение аппетита, нарушение сна, в коллективе чувствует себя неуверенно. Причинами тяжелой адаптации к условиям ДОО является: у ребенка неумение занять себя игрушкой, несформированность культурно- гигиенических навыков, отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми. И перед нами взрослыми встает вопрос, как можно облегчить адаптацию. Главное, что мы можем сделать, это создать такие условия, которые воспринимались бы ребенком, как безопасные. Организация атмосферы эмоционального благополучия является непременным условием при которой возможно обеспечение психической и социальной безопасности детей. Чтобы поступление в детский сад прошло быстро и безболезненно к условиям дошкольного учреждения,

необходимо готовить его к поступлению в детский сад. В первую очередь необходимо привести в соответствие домашний распорядок дня ребенка с режимом дошкольного учреждения. В выходные не меняйте режима дня ребенка. Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня детского сада, кто такие воспитатели. Научите ребенка .как обращаться к воспитателю ,как правильно заявлять о своих потребностях .Предупредите малыша ,что могут быть и трудности из – за того ,что там много деток ,а воспитатель один. С персоналом группы куда пойдет ваш ребенок вам необходимо познакомиться заранее, рассказать . Пусть эти разговоры станут для вас приятной традицией , такое общение сближает ребенка наполняет положительными эмоциями., нужными советами дающими дополнительный ресурс. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно , чтобы их продолжали брать на руки, обнимали. Укладывали спать. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из- за перегрузок нервной системы. Обнимите ребенка помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность. Приучайте к самообслуживанию , поощряйте попытки самостоятельных действий. К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь самостоятельно садиться на стул, самостоятельно пить из чашки, пользоваться ложкой, активно участвовать в одевании, умывании мыть руки при помощи взрослого, пользоваться полотенцем, носовым платком. Если ребенок начал ходить в детский сад вхождение в группу должно быть постепенно, в первые дни время пребывания должно быть сокращено до несколько часов. Обговорите с воспитателем режим посещения на период адаптации. Поддерживайте дома спокойную обстановку. Не перегружайте информацией. Будьте внимательны к ребенку, заботливы и т терпеливы. Если ребенок легко расстается с родителями. Спокойно ложиться спать у него появились новые друзья, все эти перемены значат ,что все в порядке , малыш привык к к детскому саду.