

Рекомендации для родителей



Адапта́ция (лат. adapto — приспособляю) — процесс приспособления к изменяющимся условиям внешней среды.

В большинстве случаев дети легко адаптируются к новой обстановке, и привыкают к детскому саду, находят там друзей и с радостью учатся новому. Но чтобы приспособиться, каждому ребенку нужно время. Необходимо помнить, что период адаптации, индивидуален, он может занимать несколько дней, недель, а иногда и месяцев. Чаще всего зависит это, от того насколько сильна у ребенка привязанность к родителям и к дому, чем выше зависимость, тем дольше будет проходить процесс привыкания ко всему новому.

Чтобы адаптация к детскому саду прошла успешно:

- 1) Ребенок должен быть достаточно хорошо подготовлен к посещению дошкольного учреждения — самостоятельно одеваться, есть, пользоваться горшком, ребенок не должен бояться проситься в туалет и высказываться о других своих потребностях.
- 2) Необходимо тесное взаимодействие воспитателя и родителей, до того как Ваш ребенок пойдет в детский сад, необходимо познакомиться с педагогами, побеседовать с ними, рассказать о своем малыше. Не забудьте поинтересоваться, сколько новых детей ожидается в группе.
- 3) Привыкание ребенка должно быть планомерным и постепенным, сначала это может быть лишь прогулка на 1,5-2 часа, затем время можно увеличивать.

Помните, если по какой-либо причине ребенок сменил группу, то проблема адаптации может возникнуть снова!

Самое страшное для ребенка — это страх, что его могут не забрать из детского сада, что родители про него забудут и не заберут. НИКОГДА не говорите малышу ,Я тебя отдам вон, той тете‘, ,Все, я уйду, а ты остаешься здесь‘, у ребенка не должно быть сомнений, что он дорог своим родителям. Выражайте свою радость при встрече с ребенком, поцелуйте его, похвалите, за то, что он провел день в садике, находясь в разлуке с Вами.

Для решения проблемы адаптации ребенка можно предложить родителям воспользоваться игровой методикой введения детей в детсадовский образ жизни. Так как основная задача игр в этот период — формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю. Хорошо помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Идея методики заключается в том, чтобы подготовить и рассказать ребенку о детском садике на примере игры, а именно самым приятным для ребенка способом. Играть в садик необходимо уже за несколько месяцев до поступления в него вашего малыша. Можно использовать самые разнообразные игры: ,Кукла Маша пошла в садик. У Саши в садике будет свой шкафчик. Миша нашел много новых друзей‘ и др.

Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.

У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

- нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)
- нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)
- меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

- повышение температуры тела
- изменения характера стула
- нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)

Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

Самое главное, научиться общаться со своим ребенком на темы, которые его беспокоят и тогда все будет хорошо!