

Консультация для родителей.

Адаптация детей в детском саду.

Итак, настало время отдавать ребёнка в детский сад. Многие родители думают о надвигающихся переменах, а больше всего пугает неизвестность. Как правило, у родителей о детских садах нет никаких представлений, кроме смутных воспоминаний из детства. Что же происходит сегодня? Как проходит адаптация ребёнка в детском саду? Не все дети приходят в детский сад сразу. Поступление малышек осуществляется постепенно. Делается это в целях лучшей адаптации детей к детскому саду. Первые дни родители приводят малыша в сад всего на 1-2 часа. В это время ребёнок успеет позавтракать и поиграть. Не нужно кормить ребёнка дома, пусть привыкает есть в саду. Затем ребёнок будет оставаться до сна (до 12:00)! В это время малыш успеет сделать зарядку, позавтракать, поиграть, сходить на прогулку, пообедать. Теперь ребёнок будет оставаться до 16:00. Ему необходимо привыкнуть спать с остальными детьми. Первое время ребёнок, скорее всего, будет плакать, ведь он не привык спать без мамы. Всё это со временем пройдёт, и ребёнок привыкнет жить в коллективе и освоит необходимые навыки и умения. Адаптация каждого ребёнка индивидуальна. Воспитатели сами посоветуют, когда оставить ребёнка до обеда, на сон. Обязательно прислушивайтесь к их советам. Конечно, в основном, дети первые недели плачут, и родителям приходится уходить от рыдающего ребёнка, но постарайтесь не волноваться, ведь дети очень чутко чувствуют состояние взрослых, особенно мамы. Воспитатели всегда смогут позаботиться о вашем малыше: и обнимут, и пожалеют, и на руки возьмут. Самый драматичный момент-это расставание с мамой. Тяжело его переносит как ребёнок, так и мама. Идя в детский сад, ребёнок должен знать, что идёт не по прихоти родителей, а по очень веской причине. Ребёнок должен понимать значимость своей неоценимой помощи близким. Хотя малыш теперь понимает, что его не бросают на произвол судьбы, а возлагают на него ответственную задачу, расставаться с родителями всё равно не хочется. Чтобы облегчить этот процесс, придумайте с ребёнком ритуал прощания. Обязательно выделяйте на ритуал прощания с ребёнком время с запасом. Чтобы не нервничали вы, опаздывая на работу, и не волновался ваш ребёнок. Сложнее тем родителям, чей малыш начинает плакать заблаговременно. Что делать в такой ситуации? Самое главное-не ругайте ребёнка, а попробуйте отвлечь его. Задача родителей-сохранять спокойствие, «держать себя в руках». А вот идти на поводу у ребёнка нельзя. Если ребёнок поймёт, что слёзы - это верный способ не ходить в детский сад, то плач прекратится очень не скоро.

1. Научитесь прощаться с ребёнком быстро.

2. Положите в карман памятную вещицу, которая будет напоминать о вас.

3. Никогда не пытайтесь незаметно ускользнуть от ребёнка, если хотите, чтобы он вам доверял.

4. Придумайте ритуал прощания и строго придерживайтесь его.

5. Не пытайтесь подкупить ребёнка

6. Чётко давайте понять ребёнку, на какие бы ухищрения он не шёл, всё равно пойдёт в детский сад.

Родителей всегда интересует вопрос о сроках адаптации. Единственно неоспоримой закономерностью является удлинение адаптации по мере взросления детей. Длительность адаптации так же зависит и от уровня развития ребёнка. Если с ним систематически занимались дома и рос он человеком общительным и самостоятельным, то с таким уровнем развития привыкнет к детскому саду в течении 10-12 дней. Ребёнок, находящийся дома на попечении родителей, фактически переходит из рук в руки-от мамы к воспитателю и наоборот. Адаптация такого ребёнка, может длиться 3 месяца, а то и больше. Наиболее эмоционально уязвимы при поступлении в детский сад дети с сильной привязанностью к матери и малым социальным опытом. Так же проблемой является:

недостаточные знания у родителей возрастных особенностей психического и физического развития ребёнка. Очень многие дети испытывают трудности в привыкании к детскому саду. Причины: 1.Нарушения режима дня (домашний режим сильно отличается от режима детского сада) 2.Проблемы в развитии элементарных навыков самообслуживания(не научен родителями самостоятельно одеваться-раздеваться, пользоваться горшком, сам- но есть и т.п.) 3.Отсутствие речи. 4.Отсутствие навыков общения со сверстниками и взрослыми.

Если взрослым удалось сформировать у ребёнка навыки самообслуживания, научить его играть и общаться со сверстниками, если домашний режим дня совпадает с детсадовским, есть эмоциональный контакт ребёнка с воспитателем и со сверстниками, то адаптационный период будет безболезненным и коротким.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода.

1.Возраст. 2.Состояние здоровья. 3.Уровень развития. 4.Умение общаться с окружающими. 5.Сформированность предметной и игровой деятельности. 6.Соответствие режима дня дома и в детском саду. Рекомендации родителям по подготовке ребёнка к детскому саду. Готовить буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребёнка и приучать его заранее к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.

Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

- 1.Устранить факторы риска, связанные с условиями социальной среды.
- 2.В детский сад отправлять только здорового ребёнка
- 3.Не отдавать ребёнка в детский сад в кризис трёх лет.
- 4.Заранее узнать режим дня в детском саду и соблюдать его дома.
- 5.Повысить роль закалывающих мероприятий.
- 6.Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы.
- 7.Стараться отдать его в группу детского сада, где у ребёнка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- 8.Настроить малыша на положительный лад.
- 9.Раскрыть секреты ребёнку возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
- 10.Учить ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- 11.Не угрожать ребёнку детским садом, как наказанием за детские грехи, а так же за непослушание.
- 12.Готовить ребёнка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь потому, что он уже большой.
- 13.Не показывать свою тревогу накануне поступления в детский сад.
- 14.Планировать время так, чтобы при поступлении в детский сад была бы возможность оставлять его там не на целый день.
- 15.Всё время говорить ребёнку, что вы его по-прежнему любите.
- 16.Настроить ребёнка на мажорный лад.
- 17.Не оставлять в дошкольном коллективе на целый день.
- 18.Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- 19.Щадить его ослабленную нервную систему.
- 20.Уменьшить нагрузку на нервную систему (на время прекратить посещение развлекательных мероприятий, походы в гости, сократить просмотр телепередач).
- 21.Сообщить воспитателям о личностных особенностях малыша.
- 22.Одежда ребёнка должна соответствовать температуре.
- 23.В воскресные дни режим должен быть как в детском саду.
- 24.Не реагировать на выходки ребёнка и не наказывать за детские капризы.
- 25.При выраженных невротических реакциях, оставить малыша на не-сколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.
- 26.Научите ребёнка играть.

27.Разработайте с ребёнком систему прощальных знаков.

28.Убедитесь в собственной уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас.

29.Ребёнок привыкает тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогайте ему в этом.

30.В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес дошкольного учреждения.

Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации к ДООУ. 1.Расширить круг общения ребёнка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми. 2.Развивать у ребёнка игровые навыки: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребёнка в игру. 3.Развивать подражательность в действиях: полетаем, как воробушки, летаем как самолёт. 4.Учить общаться со взрослыми и сверстниками, делиться игрушками, жалеть других детей. 5.Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребёнка в детский сад. 6.Приучать к самообслуживанию. Ребёнок должен уметь: самостоятельно есть, пользоваться столовыми приборами, садиться на стул, одеваться, раздеваться, умываться. Наглядным примером для детей всегда служат родители. Важно постоянно поощрять ребёнка и давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения просьбы. Нужно соразмерять собственные ожидания с индивидуальными возможностями ребёнка.

Ребёнок уже начал ходить в детский сад.

1.Установите тесный контакт с работниками детского сада.

2.Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно.

3.Не оставляйте ребёнка в саду более чем на 8 часов.

4.Сообщите воспитателю о привычках и склонностях ребёнка, об индивидуальных особенностях развития.

5.С 4-ого по 10 день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.

6.Поддерживайте дома спокойную обстановку.

7.Не перегружайте ребёнка игровой информацией.

8.Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

Итак, теперь вы имеете хотя бы малейшее представление о том, что происходит с вашим малышом во время адаптации в детском саду, чтобы эта “плата” была минимальной.