

В детский сад с радостью или адаптация к условиям детского сада.

С приходом в сад у ребёнка начинается новый этап в его жизни.

Процесс привыкания к атмосфере детского сада может протекать достаточно драматично, со слезами, с протестом и отказом идти утром в детский сад.

Непринятие воспитательницы, обида или страх перед кем-то из ровесников, обида на маму, которая «бросила и ушла» и страх, что она не вернётся, несоответствие желаемого ролевого статуса в группе сверстников и реального статуса – всё это может стать серьёзной причиной для возникновения неадекватных форм поведения или нервно-психических нарушений.

Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребёнка серьёзной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным и мягким. Поэтому в этот период особенно необходимо взаимодействие семьи и детского сада.

Накануне поступления в ДООУ будет полезно приблизить режим ребенка к принятому в саду. Очень важно, формировать у ребенка навыки самообслуживания, вводить запреты и ограничения с учетом возраста ребенка – так, чтобы требования детского сада шли в продолжение линии поведения в семье, а не противоречили ей.

Важнейшая задача родителей - мотивация ребенка, формирование у него заинтересованности в посещении дошкольного учреждения. Конечно, некоторые дети, особенно те, у кого есть старшие братья и сестры, охотно пойдут в детский сад. Но другие нуждаются в поддержке. Известно, что нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе. Прогуливаясь с малышом перед детским садом, следует комментировать игры детей, вызывать интерес к детской площадке и расположенным на ней предметам, создавать заинтересованность в присоединении к детскому коллективу.

Если ребенок - единственный в семье, часто болеет, испытывает страхи, то его вхождение в детский сад должно быть постепенным. Сначала его нужно привести в группу, познакомить с воспитателем и ребятами, посмотреть вместе игрушки, вызвать интерес к новому окружению и вернуться домой. Затем некоторое время можно приводить ребенка в сад и забирать до начала дневного сна. В зависимости от поведения ребенка время пребывания нужно постепенно увеличивать.

Отправляя ребенка в детский сад, маме необходимо позаботиться об удобной практичной одежде. Прежде всего такой, которая позволяет ребенку в группе и на прогулке чувствовать себя раскованно и свободно. Ребенок должен легко сам одевать и снимать одежду. Понятно, что в садике случаются

различные казусы: играл на полу, облился супом, упал на улице. Поэтому одежда должна быть легко стираемой и недорогой, чтобы у мамы не возникало желания отчитывать ребенка (или воспитателя) за то, что он испачкался во время игры. Лучше иметь в запасе несколько комплектов одежды на смену.

Чтобы облегчить ребенку адаптацию в детском коллективе, следует обращать внимание на развитие его коммуникативных навыков задолго до поступления в детский сад.

Первая неделя проходит очень эмоционально для ребенка, поэтому взрослым, кто окружает ребенка дома, нужно запастись терпением.

Возможно, Вам покажется, что поведение ребенка внезапно меняется - он становится более капризным, по вечерам Вас могут ждать неожиданные истерики по поводу и без повода, скандалы, сопровождающиеся криком, плачем, швырянием предметов и валянием на полу. Некоторые родители могут прийти в настоящий ужас при виде такой резкой перемены и обвинить в ней садик.

Причин же может быть несколько. Во-первых, действительно, привыкание к садику - большой стресс для ребенка, его нервы напряжены и им требуется разрядка. Кроме того, в окружении посторонних ребенок часто старается сдерживать негативные эмоции, так что выплескиваются они только вечером на головы родителей.

Как помочь ребенку (да и себе) на этом этапе?

1. Следует создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Щадить ослабленную нервную систему ребенка. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему, - на время прекратить походы в цирк, театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
2. Не реагировать на выходки и не наказывать за капризы.
3. Не оставляйте ребенка в саду на целый день! Водите его сначала на 2-3 часа, затем время увеличивается до 5-6 часов.
4. Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребёнком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с ребенком найти ей друзей и по решайте проблемы вашего ребенка через неё, ориентируя игру на положительные результаты.
5. С самого начала помогите ребенку легко войти в детский сад. Ведь он впервые в жизни расстается с домом, с вами, отдаляется от вас, хотя и всего на несколько часов. В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного сразу, лучше всего, чтобы он сам отпустил вас. А, расставаясь, не забудьте заверить, что непременно вернетесь за ним. Не забывайте постоянно говорить ему, что Вы его любите.
6. Когда вы уходите - расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему ребенку в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребенка вызовут тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать.

7. Необходимо поддерживать и в выходные такой же режим дня, как и в детском саду!

8. Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.

9. Если ребенок с трудом расстается с матерью, то желательно первые несколько недель пусть отводит в детский сад его отец.

10. Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении садика - неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.

Во время процесса адаптации ребенка к детскому саду будьте внимательны и терпимы с малышом.

Плохо адаптируются дети, имеющие следующие особенности:

нервно-психические нарушения;

эмоциональную чувствительность и впечатлительность;

проблемы с едой, сном, туалетом;

флегматический темперамент;

проблемы общения.

В целом в период адаптации за детьми наблюдают по следующим параметрам:

приход в группу;

приём пищи;

состояние желудочно-кишечного тракта;

дневной сон;

эмоциональное состояние;

контакт с чужими взрослыми;

контакт с детьми в группе;

соблюдение правил;

игровая активность;

приход родителей.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ для обеспечения успешного прохождения ребёнком периода адаптации: попытайтесь как можно больше узнать о психологических особенностях развития детей у специалистов; установите доверительные отношения с воспитателями группы; соблюдайте режим в домашних условиях; попробуйте организовать для ребёнка гибкий режим посещения ДОО в первые несколько дней; внимательно следите за ребёнком, за изменениями в эмоциональной сфере, речевом развитии, контактности, игровой деятельности и пр. развивайте самостоятельность ребёнка; интересуйтесь жизнью ребёнка в детском саду; занимайтесь с ребёнком (читайте, рисуйте, лепите и пр.) любите своего ребёнка, будьте терпеливы и внимательны к нему, поддержите в этот трудный период и помните, что **РЕБЁНКУ ЕГО НОША ТЯЖЕЛА НЕМЕНЬШЕ, ЧЕМ ВАМ ВАША!**