

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду



Адаптация – это приспособление организма и личности к новой обстановке, а для ребенка дошкольное учреждение, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Темпы адаптации у разных детей будут различны. Залог успешного посещения ребенком садика – контакт

родителей и воспитателей, умение и желание взаимно сотрудничать.

Стоит за несколько дней до поступления в садик познакомить с ним ребенка: показать игровую комнату, игрушки, продемонстрировать, как удобно мыть руки, сидеть за детским столиком и т.д. Это «первое свидание» непременно должно быть окрашено теплым, участливым вниманием к новичку, уверенностью в его положительных качествах, умениях и знаниях и в том, что он со всеми новыми заботами непременно справится, и будет чувствовать себя в садике, как дома.

Родителям необходимо проявлять живой интерес к успехам малыша, новым друзьям, заданиям, которые он выполняет, и трудностям, которые у него возникают, поощрять малыша в его успехах и помогать в адаптации.

Однако не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило, когда мама забирает малыша из детского сада – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет. Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому маме не следует, приведя его, домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Надо позволить малышу посидеть на коленях у взрослого, расслабиться от

прикосновений. Он может нуждаться в спокойной прогулке со взрослым, расслабляющей музыке.

Наиболее распространенный источник напряжения в период адаптации – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке и т.д.

Другой источник напряжения – повышенные требования к произвольной регуляции поведения, сдерживанию себя. В этом плане бывает полезным для разрядки предоставлять ребенку возможность «побеситься» дома. Рекомендуется больше играть с малышом в подвижные эмоциональные игры. Если не разрядить напряжение, которое возникает у ребенка, чувствующего себя в саду скованно, напряженно, то оно может стать причиной невротических расстройств.

Наблюдая за малышом, взрослый почувствует, какие именно занятия после детского сада помогают ему расслабиться, сбросить напряжение: игры с братом, прогулка с мамой, общение с домашними животными или активные игры во дворе. Обычно период адаптации заканчивается к концу первого месяца. Показателем хорошей адаптации будет следующее поведение ребенка: малыш говорит родителям: «Ну, пока» и срывается в группу, потому, что там его ждут приятели и интересные занятия, а потом идет с охотой домой.



Чтобы адаптация прошла успешно!

Рекомендации для родителей

- ✓ любите своего ребенка таким, какой он есть;
- ✓ радуйтесь своему ребенку;
- ✓ разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;
- ✓ слушайте ребенка, не перебивая его;
- ✓ установите четкие и определенные требования к ребенку;
- ✓ не устраивайте для ребенка множество правил;
- ✓ будьте терпеливы;
- ✓ каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;
- ✓ в разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;
- ✓ поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;
- ✓ чаще хвалите ребенка;
- ✓ поощряйте игры с другими детьми;
- ✓ интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;
- ✓ не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;
- ✓ помните, что авторитет родителей основан на достойном образце поведения;
- ✓ прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ДОУ;
- ✓ посещайте групповые собрания.

