«Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду»

В свои права вступил последний месяц лета, богатый и плодородный август. И совсем скоро свои двери для маленьких жителей нашей Великой Родины откроют и детские сады. А чтобы деткам было легче привыкнуть к новым в их жизни условиям, нужно знать, что такое адаптация.

Дети и родители вступают в очень важный период в их жизни – малыши идут в детский сад. И для того, чтобы адаптация ребенка к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, нужно знать побольше об особенностях этого сложного периода.

У ребенка все взаимосвязано: состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и психическое развитие. Необходимое развитие малыш получает через игрушки, самое важное занятие для него – игра. И родителям надо помнить, что добиваться желаемого можно через предложение: «Давай поиграем!» В детских дошкольных учреждениях постоянно играют с детьми, потому что именно в игре он знакомится с окружающим миром, изобразительной деятельностью, конструированием, художественной литературой.

Для каждого родителя именно его ребенок самый лучший, самый умный. Но вот его отдают в детский сад. Естественно, у мамы с папой возникают первые переживания: «А как ребенок привыкнет? Понравится ли ему...»

Итак, что же такое АДАПТАЦИЯ

Адаптация – это процесс развития приспособительных реакций организма и ответ на новые для него условия. (Г. А. Балл)

А для ребенка детский сад является, несомненно, новым, еще неизведанным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Выделяют 3 фазы адаптационного периода:

Легкая – от 1 до 16 дней;

Средняя - от 16 до 32 дней;

Тяжелая – до 64 дней.

Причины, почему ребенок не может адаптироваться к детскому саду:

1. Ребенок не подготовлен к посещению детского сада (не сформированы культурно-гигиенические навыки, от не умеет самостоятельно играть с игрушками, режим в семье отличается от режима детского сада)
2. Состояние здоровья (болезненному ребенку адаптироваться в новых условиях тяжелее, чем здоровому)
3. Индивидуальные причины (один ребенок в первый день посещения детского сада ведет себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинает плакать, другой – наоборот, в первые дни устраивает истерику, а потом его поведение нормализуется)
4. Условия жизни в семье (ребенку, которого возили к родственникам, знакомым, брали с собой в путешествия, на дачу, легче привыкнуть ко всему новому)
5. Ограниченное общение со сверстниками (Труднее всего адаптируются дети, круг общения которых был сведен к минимуму «мама-папа-бабушка». У таких малышей большое количество детей вызовет страх, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.)

Что нужно, чтобы ваш ребенок легко адаптировался к условиям детского сада:

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребенок идет в детский сад, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками, я хочу, чтобы он ходил в детский сад»
2. Режим дня очень важен. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучить малыша к режиму дня, сходному в большей степени с режимом дошкольного учреждения.
3. Чтобы ребенок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку (туалету) и отучить от пустышки и бутылочки.

Вот мы и подошли к самому главному: все документы готовы, ребенок и родители настроены идти в садик, к детям. И вдруг ваш малыш заплакал, и у родителей возникает вопрос: «Как быть?» Да ведь это не плохо, что малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие, «равнодушные» дети, ведь они все переживания держат в себе. Ребенок плачем дает «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие поначалу дети в будущем посещают детский сад с большим удовольствием.

И в заключении хочется пожелать успехов и легкой адаптации вашим детям и вам. Любите своих деток безусловной любовью, просто за то, что они у вас есть. Удачи вам!

Педагог-психолог Н. Е. Долбенько