

В детский сад с радостью.
Адаптация ребенка к ДОУ.



Какое счастье!

Ваш малыш подрос!

И многое уже умеет сам:

Играет, ходит, говорит и размышляет.

Тревожно маме, папе, всей семье,

Переживает даже серый кот-

Малыш сегодня в детский сад идет!

Вздыхает мама, как он там один?

Не плачет ли? Как кушает? Что с ним?

Не хочет больше в сад, но почему?

И что это все значит?

Что делать? Как же все исправить?

Всех адаптация переживать заставит!

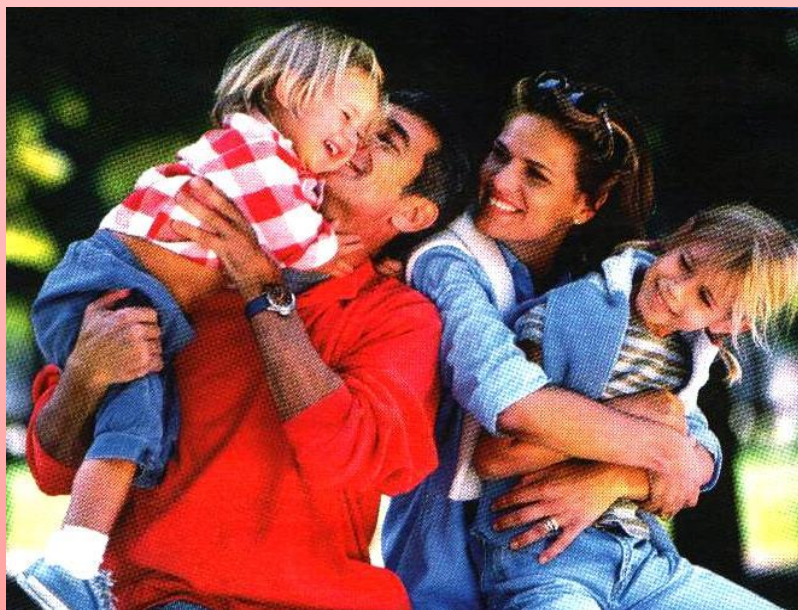


Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для него это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем.

Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье.

Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс.



Адаптация- это приспособление или привыкание организма к новым условиям.

Степени адаптации

легкая

средняя

тяжелая



Легкая адаптация.

Поначалу ребенок капризничает, плачет. Обычно через 2-3 недели он будет оставаться в детском саду без проблем. Сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней.



Средняя адаптация.

В течение этого периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность

и беспокойность сна. Этот период длится – 20-40 дней.



Тяжелая адаптация.

Длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок может болеть, терять в весе, проявляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца. Возникает стойкий энурез.



Чего боится мама?

- Расставание по утрам, истерик;
- Плохой аппетит у малыша;
- Частые болезни;
- Недостаточная сформированность навыков самообслуживания;
- Наличие капризов, упрямство, агрессии;
- Наличие у ребенка вредных привычек;
- Плохая речь у ребенка.



Как же помочь ребенку быстрее адаптироваться?

Начнем с самых простых способов.

Научить.

Чем больше ребенок будет уметь делать сам, тем легче ему будет в садике.

Хорошо, если он умеет сам пить из чашки и есть ложкой - не будет сидеть

за столом, ждать, когда его накормят и нервничать, или не откажется совсем

есть в садике, потому, что воспитатели не умеют кормить, да еще и развлекать, так как мама. Ребенок будет сытым и спокойным, а не голодным

и капризным.

Сам одевается и раздевается - не будет ждать своей очереди, чтобы его

одели на прогулку или раздели после нее - не перегреется.

Сам пользуется унитазом, садится на горшок или хотя бы просится

на него - не будет ходить в мокрых штанах или намеренно задерживать стул.

Чем лучше ребенок разговаривает - тем легче ему общаться с

Рекомендации родителям:

- Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми - ребенок может отказываться от «детсадовской» еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным. Естественные чувства любой матери – жалость, сострадание и, возможно, даже чувство вины за причиненные страдания.
- Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Через это надо пройти, если вам действительно нужен садик, а иначе не стоит начинать! Уходя – уходите. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь. Ребенок это чувствует.
- Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. В первое время оставлять ребенка в саду придется лишь на несколько часов. Забирать будете до обеда. Постепенно этот интервал увеличится. Затем можно будет оставить малыша на обед и забрать перед сончасом. И так постепенно, если не возникнет никаких осложнений через 1-2 недели можно будет перейти на обычный режим.
- Постарайтесь приблизить свой домашний режим к садовскому и соблюдать его.

- Рекомендуем отводить ребенка в садик тому из родителей, к кому ребенок привязан меньше, расстаться будет с ним ребенку легче. Кроме этого, рекомендуется не затягивать процедуру прощания.
- Договариваться с ребенком, когда Вы его заберете и стараться не опаздывать.
- Не позволяйте ребенку манипулировать Вами и вынуждать Вас из-за слез и капризов забирать его домой. Ваше спокойствие, доброжелательное отношение поможет ребенку обрести спокойствие.
- Не обещайте подарков и сладостей за то, что он остается в детском саду.
- Вечером дома устройте небольшой семейный праздник, например, совместное чаепитие, во время которого Вы можете похвалить ребенка за проведенный день в группе при всех участниках этого маленького праздника. Скорее всего, подобная доброжелательная обстановка поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время прощания с Вами.

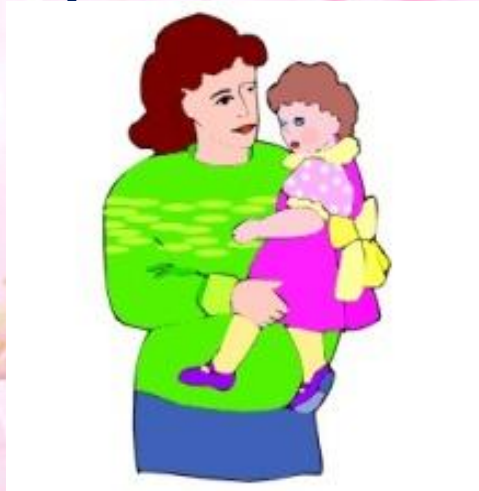
- Помимо режима, в подготовке помогут следующие мероприятия. Почитайте малышу сказку о том, как мишка или лошадка отправились в детский сад, что там происходило, как там интересно, что они там кушали, как за ними возвращались (а не забирали) их мамы – медведицы и мамы – лошадки. Какими они (малыши) стали взрослыми, умными, как много игрушек, друзей, праздников, словом – сплошной позитив.
- Поиграйте в детский сад в разных ролях: пусть малыш будет или воспитанником, или воспитателем, или поваром, или доктором (а вы или зайка – детьми).
- Заранее подготовьте детский гардероб, посоветуйтесь с нами и родителями других детей.
- Убедитесь, что в распоряжении воспитателей есть список всех ваших телефонов на случай, если вы срочно понадобится.
- Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность и убедитесь, что эта информация правильно и четко записана.

Напутствие.

Мудрые папы и мамы!

Период адаптации не самый легкий в Вашей жизни и жизни вашего малыша. Вы наверняка будете волноваться, а он наверняка будет скучать по маме.

Со временем все наладится. Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!





**И в заключении хочется пожелать Вам
удачи!
Спасибо за внимание!**