

Как помочь ребенку в период адаптации.

Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребенка, будет ли ему хорошо в детском саду, как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо родители оставляют ребенка незнакомым людям. Это волнение усугубляется, если ребенок плачет, не хочет идти в группу.

Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, бояться отойти от мамы и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

Причины могут быть самыми разными: отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада, неумение занять себя игрушкой, несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и др. однако, главной причиной такого поведения являются отсутствие у ребенка опыта общения со взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта затруднительно для таких детей. Привязанность к близким людям, умение общаться только с ними неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяет характер поведения.

Дети, у которых уже имеется опыт общения со взрослыми и сверстниками привыкают к детскому саду сравнительно быстро. Научить ребенка вступать в общение со взрослыми и детьми – важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение.

Большое значение в период адаптации имеют и такие факторы, как привычка к режиму, уровень культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и т.д. На это следует обращать постоянное внимание в семье.

К двум годам у ребенка необходимо сформировать умение садиться на стул, самостоятельно пить из чашки, пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, разнообразные блюда, хорошо пережевывать пищу, пользоваться салфеткой, после еды задвигать свой стул, знать свое место за столом, место для полотенца, самостоятельно мыть руки, называть предметы одежды, знать места хранения одежды, обуви, игрушек, одеваться и раздеваться с незначительной помощью взрослого, пользоваться носовым платком.

Условия успешной адаптации

Для того, чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Это зависит не только от умения воспитателей создать атмосферу тепла, уюта и благожелательности в группе, но и от согласованности действий родителей и воспитателей.

Чем может помочь мама

- ✓ В присутствии ребенка всегда положительно отзываться о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Ребенку будет легче ходить в сад, уважая воспитателей. Расскажите кому-нибудь в присутствии ребенка, в какой хороший сад хороший сад ходит ваш малыш.
- ✓ В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня.
- ✓ Постарайтесь, чтобы дома ребенка окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, говорите ласковые слова, отмечайте его успехи.
- ✓ Будьте терпимы к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребенка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).
- ✓ Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую). Малыш этого возраста может нуждаться в игрушке – заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.
- ✓ Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку или игру о том как маленький мишка впервые пошел в детский

сад, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. И в сказке и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком. Главное, чтобы ребенок понял: мама обязательно за ним вернется.

- ✓ Родители должны знать, что многие негативные проявления в поведении ребенка являются нормальным проявлением процесса адаптации и что очень скоро они сойдут на «нет». Через некоторое время можно будет отметить, что ваш ребенок стал гораздо самостоятельнее и приобрел много полезных навыков.