



САМЫЕ ВАЖНЫЕ ВОПРОСЫ ОБ АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

К чему нужно будет адаптироваться ребенку?

Когда ребенок приходит первый раз в детский сад, ему предстоит справиться с условиями, которые можно разделить на три группы: связанные с взаимодействием с взрослыми, новой обстановкой (средой в группе) и взаимодействием с ровесниками.

Условия, связанные с взаимодействием с новыми взрослыми

Ребенку в первую очередь необходимо будет познакомиться с воспитателем. Процесс знакомства осложняется тем, что нужно выполнять требования этого взрослого. К тому же воспитатель может потребовать от малыша выполнять те действия, которые для него будут неожиданными или непривычными. Жесткая регламентация условий выполнения задач пугает детей, которые только приходят в дошкольную организацию.



Изменяется ситуация общения со взрослыми – теперь ребенок становится не единственным объектом внимания, а членом детской группы. Теперь воспитатель ограничивает ребенку время на выполнение действий, в том числе бытовых.

Условия, связанные с новой организацией среды

Ребенок с приходом в детский сад попадает в незнакомое ранее помещение, в котором ему теперь нужно находиться практически весь день. У него появляется необходимость действовать самостоятельно в организованной и свободной деятельности.

Условия, связанные со взаимодействием с ровесниками

В детском саду ребенок также встречается с коллективом ровесников. У других детей он может наблюдать незнакомые формы поведения в типичных ситуациях, что может его напугать или удивить. К тому же вместе с другими детьми теперь необходимо осуществлять все процессы жизнедеятельности.



Совет

Необходимо приучать ребенка к изменяющимся условиям: водить на детские площадки, где есть незнакомые ребенку дети, ходить в гости, оставлять его иногда с бабушкой. Учите его знакомиться. Пусть он научится находить общий язык со сверстниками.

От чего зависит сложность адаптации?

Адаптация зависит от функционального состояния организма ребенка. К нему относят: работоспособность, состояние иммунной системы, особенности обменных процессов, тип нервной системы и темперамента, тренированность нервно-психических механизмов. Тренированность нервно-психических механизмов достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, которые связаны с новыми впечатлениями. Если родители изолируют ребенка от меняющихся условий повседневной жизни, то могут возникнуть трудности в адаптации к детскому саду.



Некоторые родители стремятся поддерживать неизменность окружающей обстановки, устраняют все препятствия, которые возникают в жизни и деятельности ребенка. Таких детей называют «изнеженными». Малейшее изменение температуры воздуха вызывает у них простудные заболевания. Появление нового человека дезориентирует их деятельность: они убегают, прячутся, плачут или ведут себя вызывающе.

В новой обстановке «изнеженные» дети забывают правила вежливости, не проявляют интереса к окружающему, стремятся находиться рядом с близким взрослым или проявляют навязчивость в общении. Не умея адаптироваться к минимальным изменениям, такие дети испытывают серьезные трудности при значительных переменах в их жизнедеятельности. У многих современных детей, которые приходят в детский сад, не сформированы навыки самообслуживания и общения в соответствии с возрастом. Их коммуникативный опыт ограничивается родителями. Общая нестабильность социальной ситуации приводит к дестабилизации детско-родительских отношений. И, как следствие, к невротизации ребенка в ранние периоды развития.



Важно замечать проявления дезадаптации

Не у всех детей дезадаптация проявляется в детском саду. Ребенок может быть спокойным в группе и устраивать истерики дома



Как родители могут помочь ребенку в период адаптации?

Для успешной адаптации ребенка необходимо организовать удовлетворение его основных потребностей в новой среде и новыми средствами. Во-первых, удовлетворить потребность в пище. Во-вторых – потребность в отдыхе. В-третьих – потребность в доверительных контактах и сотрудничестве со взрослым.

1. Расширяйте круг общения ребенка.

Научите обращаться к другому человеку. Научите ребенка просить другого человека о том, что он хочет. Если он еще не говорит, то покажите ему, как он может высказывать свою просьбу жестами.

2. Подстройте режим ребенка к режиму работы группы.

Начинать подготовку нужно не менее чем за две недели до первого дня в группе. Поднимайте малыша утром с учетом времени, которое вы затратите на дорогу в детский сад. После завтрака сходите с ребенком на прогулку. Днем уложите его спать.

3. Научите самостоятельно одеваться.

Покажите ребенку, как он сам может надевать на себя носочки, шортики. Попросите его сделать это без вашей помощи. Научите малыша самостоятельно раздеваться. Проявляйте терпение, пока он этому учится. Поощряйте ребенка за попытки самостоятельных действий.

4. Научите ребенка занимать себя игрой.

Вовлекайте ребенка в совместные сюжетно-ролевые игры. Попробуйте организовать на детской площадке игры для детей. Пусть



это будет даже обычная игра в мяч. Ребенку, который умеет занять себя игрой, будет легче влиться в коллектив детского сада и найти друзей.

5. Не утомляйте ребенка.

В период адаптации не перегружайте ребенка новой информацией. Откажитесь от приема дома шумных компаний, поддерживайте спокойную обстановку.



Что делать, если ребенок не хочет идти в детский сад?

Постараемся понять, с чем это связано. Ребенку действительно некомфортно в саду? Ребенок пытается манипулировать родителями? Или родители сами излишне тревожимся по поводу детского сада?

Если ребенок плачет перед прощанием с вами в детском саду и просит увести его домой, не поддавайтесь на провокации. Иначе это будет повторяться ежедневно, и ребенок решит, что можно и не ходить в детский сад. Дайте ему понять, что посещение детского сада необходимо и ему, и вам.

Не показывайте сожаление о том, что вам приходится отдавать ребенка в детский сад. Ребенок это почувствует и будет воспринимать воспитателя как человека, который разлучает его с мамой.

Водите ребенка в детский сад регулярно, не делайте больших перерывов. Некоторые родители, видя, что их ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку, пугаются и перестают водить его в детский сад.

Скорее всего, ваш ребенок прекрасно справится с изменениями в жизни.

Задача же родителей – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

Оценить готовность малыша к детскому саду и предвидеть возможные сложности адаптации может педагог-психолог дошкольного учреждения.