

Адаптация ребенка к детскому саду



Памятка для родителей

Каждому ребёнку рано или поздно приходится «социализироваться», т. е. становится способным жить среди других людей. Это необходимый для всех этап. Значит, вопрос состоит только в том, когда и в каких условиях желательно проводить социализацию ребёнка. В детском саду маленький человечек, попадая в коллектив своих ровесников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Здесь он приобретает опыт общения, понимания других людей, привычку не теряться. Однако, уже с первых дней жизни у ребёнка в семье формируются привычки, привязанности, определённое поведение. При поступлении в дошкольное учреждение привычные условия жизни (режим, характер питания, микроклимат помещения, приёмы воспитания, характер обучения) меняются. Это требует от ребёнка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу.

В чём же проявляется стресс? У детей в период адаптации (привыкания) могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние, иногда повышается температура тела.

Чем же могут помочь родители своему малышу?

* Постарайтесь заранее познакомиться с режимом детского сада и максимально приблизить к нему условия воспитания в семье (более ранний подъём, время дневного сна и приёма пищи, характер питания и пр.).

* В период адаптации необходимо быть к малышу особо внимательным и чутким, но без излишнего «заласкивания».

* Задачу самообслуживания малышу стоит облегчить простой стрижкой, удобной одеждой без декоративных элементов типа маленьких пуговиц и застёжек на спине. Главный принцип – чем проще, тем лучше.

* Обувь лучше выбирать на липучках.

* Перед детским садом малышу стоит научиться ещё многому: пользоваться горшком, обращаться с ложкой, вытирать ротик салфеткой после еды и даже сморкаться в носовой платочек.

* Важно заранее научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей, подождать, пока другой ребёнок поиграет и т.п.). —

* Впервые столкнувшись с необходимостью ложиться спать в незнакомом месте, в «чужую» кроватку, без мамы, ребёнок, безусловно, испытывает стресс едва ли не более сильный, чем вообще сам факт расставания с мамой. В этом случае можно принести из дома любимую игрушку малыша, с которой он спит, или пижаму, к которой привык кроха (первое время приносите только уже знакомые ему вещи и игрушки, покупку нового отложите на потом), любимую книжку.

* Ежедневно расспрашивайте о жизни детского сада. Избегайте вопросов: «Что вы сегодня делали? Что вы ели? Как ты себя вёл?»

Спросите: «Вы сегодня рисовали или лепили? На завтрак была каша или яичко? С кем ты сегодня играл? О ком вам читали книжку?» и т.д.

* Удивляйтесь, хвалите ребёнка. Ваша беседа должна быть эмоционально ярко окрашена. Малышу очень важно знать, что значимые для него взрослые принимают его всерьёз, относятся с уважением к его проблемам, внимательно и с интересом его слушают, а то, что он говорит, оказывается действительно важным.

* Обеспечить безболезненное привыкание ребёнка к условиям детского сада можно только совместными усилиями семьи и детского учреждения

