

Адаптация ребёнка в детском саду.

Известно, что на определенных жизненных этапах каждый человек попадает в новую социальную среду, где действуют особые правила и учатся, работают, общаются незнакомые люди. Вхождение в эту среду называют адаптацией (или привыканием, приспособлением), которая для каждого из нас протекает более или менее успешно в той или иной ситуации.

Такую же адаптацию проходит и Ваш ребенок в детском саду, попадая в новый детский коллектив. Безусловно, воспитатели детского сада, в который ходит Ваш ребенок, сделают все необходимое для того, чтобы малышу было комфортно в образовательном учреждении. Как правило, педагоги уделяют этому вопросу особое внимание, используя специальные методики, программы и технологии. Вместе с тем, значимым союзником для ребенка должны быть Вы сами, уважаемые родители. Практика показывает, что согласованные и последовательные действия воспитателей и родителей позволяют добиться максимального эффекта в процессе адаптации ребенка к детскому саду.

Постарайтесь точно и аккуратно выполнять рекомендации, указания, которые предлагают Вам профессиональные педагоги. А если что-то не получается или не совсем понятно – лучше уточнить, переспросить, ведь никто и никогда не откажет Вам в необходимой консультации. На Вашей стороне – наиболее полное понимание особенностей ребенка (ведь он же - рядом с Вами каждый день с момента рождения), а на стороне педагогов – многолетний практический опыт работы по решению обсуждаемой проблемы. Нужно объединить эти сильные стороны для решения общей задачи адаптации ребенка в детском саду.

Успех адаптации многие психологи и педагоги связывают с мотивацией, желанием ребенка посещать детский сад. Как сделать так, чтобы ребенок захотел пойти в садик? Для этого постарайтесь рассказать о всех преимуществах, которые ждут его в дошкольном учреждении: там интересные игрушки; будет много новых друзей; проходят веселые праздники, где можно петь и танцевать, а потом получать подарки; проводятся интересные занятия, на которых рисуют, лепят, конструируют и т.д. Убежденность, позитивный настрой, положительные эмоции, когда Вы описываете малышу жизнь в садике – важное условие его подготовки к адаптации в образовательном учреждении. Обязательно расскажите, как Вы ходили в детский сад, и с какой теплотой вспоминаете это время.

Каждому ребенку в детском саду придется стать более самостоятельным – это еще одна особенность адаптации. Помните, что намного быстрее он привыкнет к новому образу жизни, если сможет обходиться без Вашей помощи и помощи других взрослых (разумеется, в разумных пределах). Самое главное – не торопитесь, приучайте малыша к самостоятельности постепенно, поэтапно. Важно, чтобы в этом стремлении родители сами были

примером для подражания. Например, если взрослые «забывают» раскладывать вещи на свои места, аккуратно обращаться с ними, и при этом требуют от ребенка «правильного поведения», то вряд ли можно говорить об эффективности воспитания его самостоятельности. Если малыш говорит: «Я сам!», надо дать ему возможность попробовать свои силы, даже если Вы понимаете, что сами в этой ситуации сделали бы все быстрее и лучше. Конечно, не сразу и с большим трудом формируются необходимые умения и навыки, но если ребенку давать возможность самому что-то делать, со временем он становится ловчее, аккуратнее и быстрее. А значит, появляется уверенность в его успешной адаптации в детском саду.

Приучайте ребенка к режиму дня: когда малыш попадет в детский сад, его ожидает определенный распорядок жизни. Если он не придерживался подобного режима до этого, то будет непросто перестроиться и привыкнуть. Поэтому приучайте ребенка с малых лет планировать очередность действий в течение дня и придерживаться этой последовательности. Разумеется, условия жизни в семье не могут быть зеркальным отражением пребывания ребенка в детском учреждении. Но если он привыкает в одно и то же время вставать и ложиться спать (включая дневной сон), завтракать, обедать и ужинать, гулять, играть – успех вхождения в новую среду можно гарантировать.

Для хорошего самочувствия ребенка в адаптационный период большое значение имеет то, в какой мере у него сформированы гигиенические умения, навыки самообслуживания (умывание, одевание, питание). Поэтому «выигрывают» те семьи, которые уделяют этому вопросу особое внимание и в определенной последовательности приучают ребенка: снимать, надевать, складывать, вешать, выворачивать на лицевую сторону вещи; застегивать и расстегивать пуговицы и так далее. Уметь замечать беспорядок в одежде, самостоятельно справиться или обратиться за помощью к родителям или другим взрослым, пользоваться носовым платком, туалетом – все эти качества важны ребенку в жизни, и позволят быть успешным в дошкольном учреждении.

И психологи, и педагоги единодушны во мнении – адаптация ребенка к новому образу жизни должна проходить поэтапно. Поэтому спланируйте, уважаемые родители, чтобы первое время в детском саду малыш проводил несколько часов, постепенно увеличивая время пребывания в дошкольной группе. Это нужно для того, чтобы привычный ход жизни не менялся так резко. А вот динамику увеличения времени пребывания можно будет определить для каждого ребенка индивидуально. Когда приходит время забирать ребенка из детского сада, нельзя опаздывать, ведь малыш может очень сильно испугаться, что Вы не придете совсем. Ребенок должен быть уверен в том, что его любят, ему нечего бояться, что он никогда не останется один, что о нем всегда помнят. Не может быть ситуаций, которые смогли бы поколебать эту веру. Пожалуйста, будьте терпимыми к ребенку и постарайтесь найти силы, время для его дополнительной поддержки впервые дни пребывания в дошкольном учреждении. Дело в том, что в окружении незнакомых детей, среди еще не совсем знакомых взрослых (педагогов

детского сада) могут возникать ситуации, в которых ребенок может вести себя не так, как всегда, необычно. Но ругать его не стоит, просто поговорите, обсудите вместе с малышом, почему он вел себя, таким образом, объясните возможные последствия его поступков и, вместе с тем, поддержите и успокойте.

Уважаемые родители, в ваших силах сделать так, чтобы детский сад стал для ребенка «вторым домом», где ему уютно, комфортно, весело, где его ждут заботливые воспитатели и хорошие друзья.