

Адаптация в детском саду



От чего зависит степень адаптации?

- **Возраст.** Если ребенок умеет самостоятельно ходить на горшок, пользоваться ложкой, засыпать без помощи взрослого, ему будет легче привыкнуть садовским условиям. Как правило, эти навыки закрепляются у детей к 2-3 годам. Также в этом возрасте у детей начинает проявляться интерес к сверстникам, хотя главным источником общения пока еще является воспитатель. Для успешной адаптации ребенка 4-5 лет необходимо умение договариваться и сотрудничать со сверстниками.





- *Состояние здоровья. Так как адаптация отнимает у малышек много сил, состояние здоровья детей с серьезными хроническими заболеваниями в этот непростой период может ухудшиться. Часто болеющие дети также могут испытывать трудности при адаптации, поэтому им требуется особое внимание и забота.*

- Социализация. Привыкание к саду легче дается детям с достаточно большим опытом взаимодействия как с детьми, так и с взрослыми. Малыши, у которых не развиты коммуникативные навыки, испытывают сильную тревогу, находясь в незнакомом коллективе. Поэтому очень важно не ограничивать круг общения ребенка и помочь ему научиться налаживать контакт с людьми.

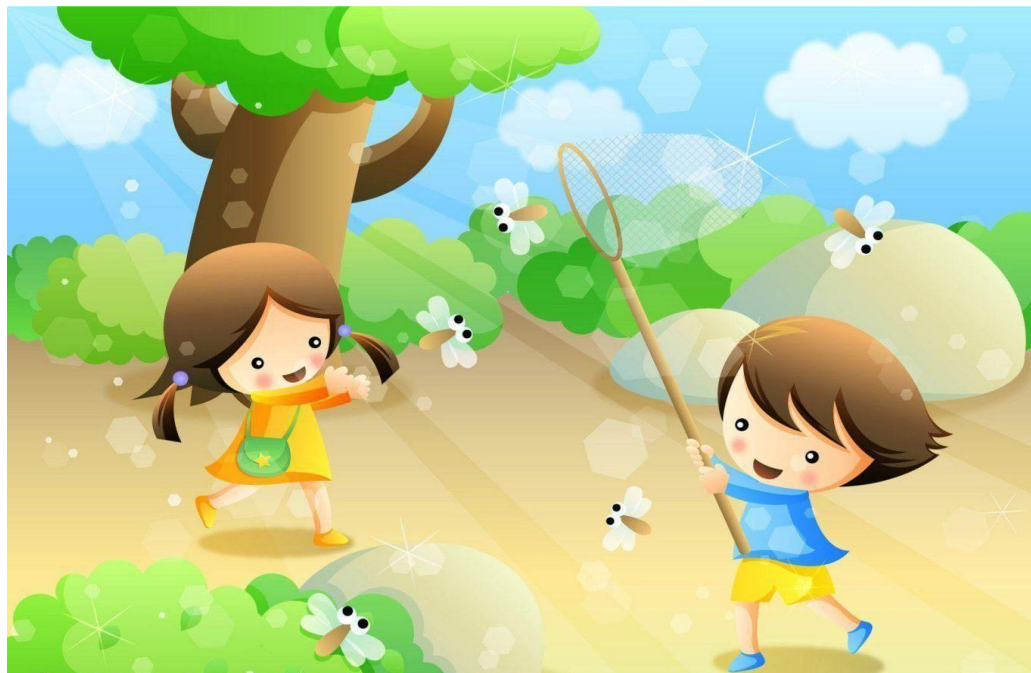


Как подготовить малыша к детскому саду?

Чтобы облегчить процесс адаптации, родителям стоит заранее начать готовить малыша к новому этапу его жизни.
Сделать это можно следующими способами:

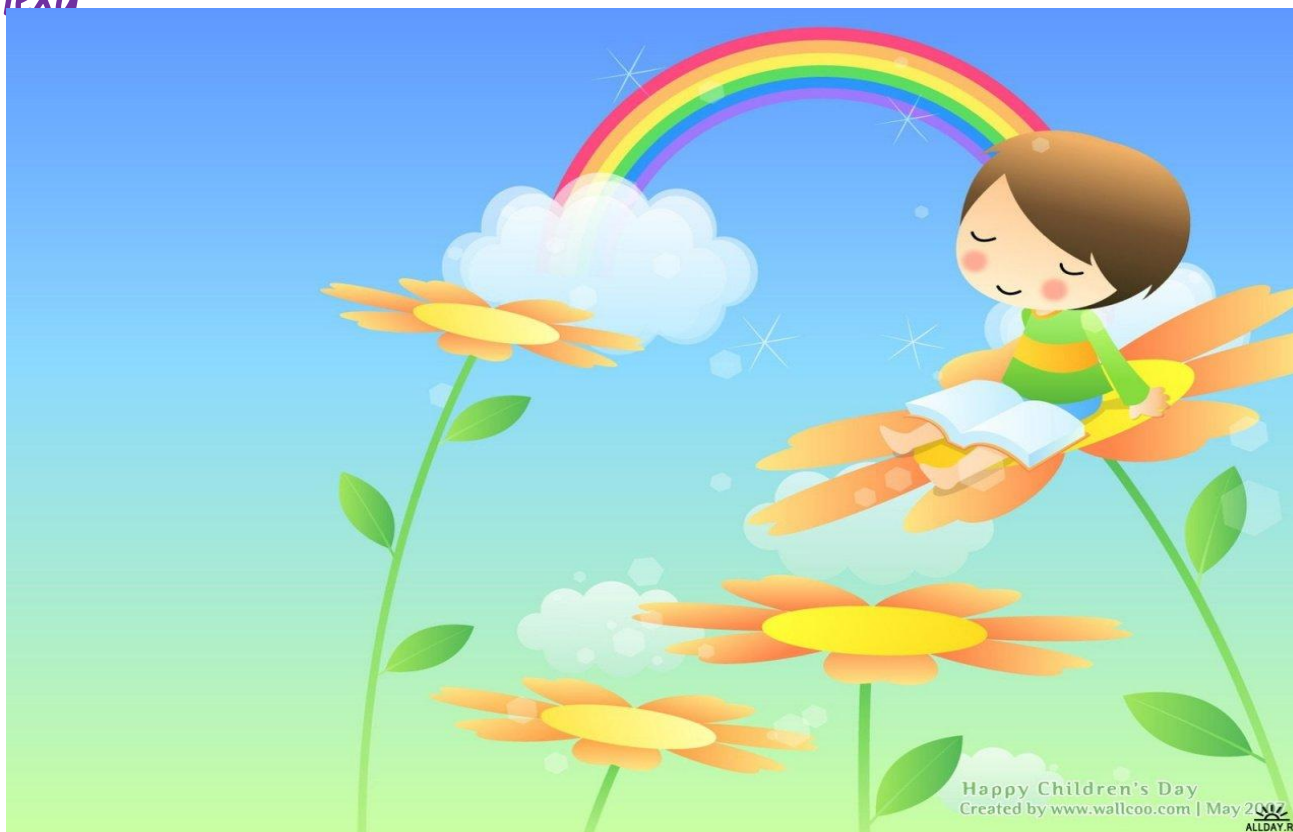


- Соблюдайте режим дня, который принят в садике (дневной сон, прогулки и т. д.);
- Приучайте к самостоятельности;
- Иногда оставляйте малыша с кем-то из родственников или друзей. Так ребенок поймет, что в отсутствии мамы он тоже находится в безопасности;
- Приобщайте кроху к общению со сверстниками (поčasще ходите в гости, гуляйте вместе с другими малышами);
- Разговаривайте с ребенком про садик. Расскажите, как там весело и интересно;
- Играйте в детский сад, придумывайте про него сказки;
- Если Вы заранее знаете, в какую группу попадет Ваш малыш, попросите воспитателя познакомиться с ним на нейтральной территории (например, на детской площадке).



Первые дни малыша в детском саду

На протяжении периода адаптации ребенку приходится особенно нелегко, поэтому родителям в это время очень важно правильно вести себя, поддерживая кроху и хваля его даже за незначительные успехи



- От того, как относятся к необходимости вести ребенка в сад взрослые, во многом зависит протекание адаптации. Уверенность и спокойствие мамы передается малышу.
- Не исчезайте внезапно и не обманывайте малыша. Иногда родители боятся не справиться с собственными переживаниями при расставании с крохой, поэтому, как только ни о чем не подозревающий ребенок заходит в группу, они быстро исчезают. Такая неизвестность очень сильно пугает малыша. Приведя ребенка в сад, обязательно скажите, что сейчас Вы уйдете по делам, но скоро обязательно за ним вернетесь. Будьте конкретны и откровенны (например, «Я иду на работу, а ты пока поиграешь с ребятами. После обеда за тобой приду»).



- Время пребывания ребенка в детском саду должно увеличиваться постепенно. Воспитатель, наблюдая за малышом, подскажет Вам, когда он будет готов остаться на обед, а затем и на дневной сон.
- Если воспитатель не против, дайте малышу с собой небольшую игрушку или другую вещь, которая будет служить ему напоминанием о доме.
- После возвращения из садика постарайтесь проводить с ребенком побольше времени, занимаясь любимым вами вещами.



- Постарайтесь снизить эмоциональную нагрузку малыша (не посещайте места массовых развлечений, играйте в спокойные игры и т.д.).
- Будьте терпеливыми к капризам ребенка, ведь оказавшись дома, малыш, возможно, захочет выплеснуть накопившиеся у него эмоции.

