

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ

ПРЕЗЕНТАЦИЮ ПРИГОТОВИЛА:

Педагог-психолог

БДОУ г. Омска «Детский сад №112»

Исмаилова Карлыгаш Серкбаевна

Как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад?

- Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
- Не наказывайте, не пугайте детей детским садом и «злыми» воспитателями.
- Не оставляйте малыша в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирайте домой.
- Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- Старайтесь не нервничать и не показывать свою тревогу.
- Щадите ослабленную детскую нервную систему. На время прекратите походы в цирк, в театр, в гости. Сократите просмотр телевизионных передач.
- Будьте терпимы к капризам.
- Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
- Одевайте ребенка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе.
- Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
- Не реагируйте на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратитесь к детскому врачу или психологу.
- При выраженных невротических реакциях следует оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалистов.

Почему же ребенок плачет? И как с ним лучше прощаться?!

Он плачет, потому что слезы - единственный способ, которым ребенок может показать, что он БЕСПОКОИТСЯ. Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания.

- Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).
- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в магазин за покупками", или "Я иду на работу печатать на компьютере"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное.
- Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время.





- Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: "Ты будешь с воспитателем Анной Григорьевной и другими детками. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать".
- Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом. Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

Как избежать сцен и манипуляций?

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями. Победить "сцены" помогут "ритуалы".

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

- на три минутки берет малыша на руки;
- целует и говорит, куда уходит и когда придет;
- просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.);
- говорит "спасибо" и "пока-пока";
- если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;
- уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду.

Легкая адаптация:

- временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней),
- нарушение аппетита (норма по истечении 10 дней),
- неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.п.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходят в норму за 20-30 дней,
- характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются,
- функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает.

Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно).



- **Средняя адаптация:** все нарушения выражены более длительно: сон, аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней, ориентировочная деятельность (20 дней), речевая активность (30-40 дней), эмоциональное состояние (30 дней), двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней. Взаимодействие с взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания.

- **Тяжелая адаптация** (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка.
Данный тип адаптации характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени.
Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии. При тяжелой адаптации, как правило, дети болеют в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу.

- **Очень тяжелая адаптация:** около полугода и более. Встает вопрос, - стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «недетсадовский» ребенок.

Однако, как бы ни готовили ребенка к ДООУ, он все равно, особенно в первые дни, будет находиться в состоянии стресса.





Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы выдержать это испытание, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: *хорошо, что кроха плачет!* Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самыми дорогими людьми – с родителями! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. *Плачь – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться.* Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье».

Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но *вы тоже обязательно справитесь.*

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ
ГРУППЫ №7**

**БЛАГОДАРЮ ВАС ЗА
ВНИМАНИЕ!**