

Консультация для родителей
«Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного
учреждения»

Педагог-психолог: Воздвиженская Е.А.

Поступление ребёнка в детский сад сложный период в его жизни. В условиях семьи ребёнок привык к установленному распорядку дня. У него сложились привычки, выработался свой стиль поведения отношений с членами семьи. Ребёнок тяжело переносит даже временную разлуку с родителями, домом и привычным для него укладом жизни. Он часто отказывается от общения с незнакомыми людьми.

Поначалу в яслях ребёнку покажется всё непривычным. Его волнует, а иногда и пугает новая обстановка: большая комната, незнакомые дети, вокруг чужие взрослые-воспитатели, няни. В первое время для него непривычен и уклад жизни в детском саду: другой режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения, установленных в группе. В это время дети становятся робкими, замкнутыми, вялыми, плаксивыми, капризными, упрямыми, беспокойными.

Часто они упорно не хотят покидать дом, а у дверей детского сада в страхе прижимаются к родителям.

В поведении вновь принятых детей можно наблюдать черты свойственные детям раннего возраста. Возможно временное нарушение некоторых навыков. У детей может появиться недержание мочи и кала. Случается и неврогенные нарушения: срыгивание, рвота, повышение температуры, появление сыпи и т.п. Нарушается сон у одних детей, у других отсутствие аппетита.

Период адаптации – тяжёлое время для ребёнка, его родителей и персонала группы.

В среднем адаптация у детей раннего возраста длится 2-3 недели. В детском саду дети болеют чаще, чем дома. Это и понятно т.к. в группе может

быть заболевший ребёнок, который становится источником инфекций для других детей. В период адаптации возможность заболевания ребёнка особенно трудно привыкающего к новым условиям, возрастает, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

Большие трудности в этот период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, причины, тормозящие образованию у малыша умений контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни он будет негативно относиться к воспитателям и няне.

Плохо приспосабливаются дети к коллективной жизни, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского «нельзя».

Общая задача воспитателей и родителей – помочь ребёнку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего, необходимо максимально приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду.

Группа комплектуется постепенно, поэтому персоналу легче уделять больше внимания новичку. Но первые дни лучше оставлять ребёнка на 1-2 часа увеличивая постепенно время пребывания до обеда, до полдника, а затем и до вечера. Чем быстрее ребёнок почувствует доверие к воспитателям, няне, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесёт перемены в своей жизни разлуку с вами.

Ваше вежливое и приветливое отношение к воспитателям расположит ребёнка к общению с ними.

Выработка единых требований к поведению ребёнка, в детском саду и дома важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.

Период адаптации к детскому саду проходят не только дети, но и родители. Необходимое условие успешного протекания этого периода — отказ от чувства вины. Если у вас есть хоть малейшие колебания, ребенок их

«уловит», и ему будет еще труднее расставаться с вами. Когда вы уходите из детского сада под вопли ребенка, не считайте себя чудовищем.

По дороге домой старайтесь поговорить с ребенком, узнайте, что было за день хорошего, а что не очень удалось, чем дети занимались, с кем ребенок играл, что узнал нового. Отдав ребенка в детский сад, вы стали меньше времени проводить вместе с ним, но дело не в количестве часов, а в качестве ваших взаимоотношений.

Имейте в виду, что проблемы адаптации ребенка в детском саду могут возобновиться после болезни, праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявлять гибкость, в особо сложных ситуациях можно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности со специалистом устраивать перерыв в середине недели.

Игры в период адаптации ребенка к детскому саду

Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

Игра «Наливаем, выливаем, сравниваем»

В таз с водой опускаются игрушки, поролоновые губки, трубочки, бутылочки с отверстиями. Можно заполнить миску с водой пуговицами, небольшими кубиками и т.д. и поиграть с ними:

- ☞ \neg взять как можно больше предметов в одну руку и пересыпать их в другую;
- ☞ \neg собрать одной рукой, например, бусинки, а другой – камушки;
- ☞ \neg приподнять как можно больше предметов на ладонях.

После выполнения каждого задания ребенок расслабляет кисти рук, держа их в воде. Продолжительность упражнения – около пяти минут, пока вода не

остынет. По окончании игры руки ребенка следует растереть полотенцем в течение одной минуты.

Игра «Рисунки на песке»

Рассыпьте манную крупу на подносе. Можно насыпать ее горкой или разгладить. По подносу проскачут зайчики, потопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучики, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в эту игру. Полезно выполнять движения двумя руками.

Игра «Разговор с игрушкой»

Наденьте на руку перчаточную игрушку. На руке ребенка тоже перчаточная игрушка. Вы прикасаетесь к ней, можете погладить и пощекотать, при этом спрашиваете: «Почему мой ... грустный, у него мокрые глазки; с кем он подружился в детском саду, как зовут его друзей, в какие игры они играли» и т.д. Побеседуйте друг с другом, поздоровайтесь пальчиками. Используя образ игрушки, перенося на него свои переживания и настроения, ребенок скажет вам, что же его тревожит, поделится тем, что трудно высказать.

Уважаемые родители чаще играйте со своими детьми! Они будут окружены любовью, заботой и легче перенесут адаптацию к детскому саду!

