

Кажется, еще вчера ваш малыш делал свои первые шаги... Время летит незаметно, и вот уже маме пора выходить на работу — а это значит, что пришло время отдавать его в детский сад. Что ждет вашего кроху за стенами садика, быстро ли он привыкнет, будет ли часто болеть... Вопросы, сомнения, переживания естественны для родителей, ведь на 4-5 лет детский сад станет частью вашей жизни, от него во многом будет зависеть и развитие, и здоровье, и душевное благополучие ребенка. Поэтому очень важно, сможет ли ваш малыш успешно адаптироваться к детскому саду, и помочь ему в этом — задача не только воспитателей. В первую очередь — это забота мамы и папы.

Пожалуй, один из первых вопросов, который встает перед родителями — это вопрос о возрасте, с которого ребенку лучше начинать посещение детского сада. По мнению психологов, раньше 3,5-4 лет с садиком торопиться не стоит — в этом возрасте малыш уже больше понимает и осознает, проявляет самостоятельность, владеет речью, с ним можно договариваться. С другой стороны, в этом возрасте привычки, характер ребенка уже во многом сформированы, и ему может быть трудно принять для себя ту коллективную систему, которую представляет из себя муниципальный детский сад. К тому же далеко не всегда у родителей есть возможность так долго находиться с ребенком в декретном отпуске. Поэтому большинство детей начинает посещать детский сад около 2 лет.

Адаптация обычно протекает сложно с массой негативных сдвигов в детском организме. Эти сдвиги происходят на всех уровнях, во всех системах. Только вам обычно видна лишь надводная часть айсберга - поведение. А если бы вы знали, что творится в организме и душе ребенка, когда он впервые идет в детский сад, то вряд ли отдали бы его когда-нибудь в этот новый детский коллектив. В нем малыш постоянно находится в сильном нервно-психическом напряжении, не прекращающимся ни на минуту. Он на грани стресса или в полной мере ощущает стресс.

Давайте все-таки уточним, что провоцирует в подобной ситуации стресс у ребенка.

В огромной степени - отрыв от матери. Конечно же, малыш неразрывно связан с вами и мама - это главное, что у него было, вернее, есть и будет. И вдруг его любимая и самая прекрасная на свете мама бросила его на произвол судьбы среди ужасной новой обстановки и незнакомых ему ранее детей, которым нет до него дела. И чтобы в этой новой обстановке продержаться, ему необходимо здесь вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь сделать что-то не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало - отрыв от матери, разлука с матерью, сомнения в ее альтруистической любви.

Каждый ребенок привыкает к жизни в детском саду по-своему. Одному ребенку на адаптацию потребуется всего неделя, а другому — целый месяц. Продолжительность привыкания зависит от многих факторов. Надо учитывать темперамент малыша, его состояние здоровья, какова обстановка в семье и даже то, насколько готовы к этому важному этапу сами родители. Некоторые дети в первые дни проявляют нешуточную агрессию: царапаются, кусаются, бросаются на пол, с яростью швыряют предлагаемые игрушки. Иногда бывает все наоборот: малыш после расставания с мамой замыкается в себе и, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживает рыдания; сидит, уткнувшись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Так что родители должны быть готовы ко всему.

Легкая адаптация - наконец, почти половина детей составляет самую благополучную группу - они посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием. Обычно период

адаптации составляет 3-4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Поведение ребенка:

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, например, понарошку кормит куклу, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего - полмесяца.

Средняя степень адаптации - в эту группу попадают дети без нервных расстройств - они в детском саду "всего лишь" начинают часто болеть. Еще бы, происходит "обмен" всевозможными инфекциями. Подобную "прививку" могут выдержать далеко не все дети - у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что малыш ваш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться вашему ребенку и в дальнейшем, когда он переступит порог школы.

Поведение ребенка:

Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает. Причем, как правило, болезнь протекает без каких-то осложнений, что может служить главным признаком отличия указанного типа адаптации от неблагоприятного варианта.

Тяжелая степень адаптации - дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Это наиболее неблагоприятный вариант.

Поведение ребенка:

Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей (в худшем случае с ребёнком вообще не удаётся установить контакт). Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей. Очень часто родители находятся в слиянии с ребёнком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Но постепенно все может уладиться, и это во многом зависит от обстановки дома.

Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист!

Это зависит от многих факторов, и прежде всего от того, насколько сам малыш замотивирован ходить в сад и насколько не боятся этого родители. Нередко родители чуть ли не отговаривают дитя от садика - и порой успешно. Всегда нелегко привыкают к детскому саду или яслям единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Для взрослых мы, безусловно, признаем разность темпераментов, различие характеров, но с такой же безусловностью воюем с детьми, когда они ведут себя "по-своему". А ведь очевидно: **холерикам и флегматикам сложнее адаптироваться к детскому саду, чем более уравновешенным, в меру подвижным и в меру медлительным сангвиникам.**

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Например, старайтесь, как можно чаще сами отводить его в детский сад или забирать оттуда. Если он обедает в саду, следует внимательнее отнестись к ужину, а в выходной день можно составить меню по желанию ребенка. Проявляйте как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; любознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям.

Если вы хотите узнать больше о том, как обстоят дела вашего малыша в садике, поиграйте с ним домашними игрушками в детский сад. Пусть одна из этих игрушек будет самим ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с ребенком найти ей друзей и предложите решение его проблемы через нее, ориентируя игру на положительный результат.

Адаптационный период условно можно разделить на несколько этапов:

Подготовительный - его следует начинать за 1-2 месяца до приема в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

Основной (на этом этапе в работу включается педагог) т.к. главная задача этого этапа-создание положительного образа воспитателя. В этот период родители должны установить с воспитателем доброжелательные отношения, рассказать воспитателю об особенностях своего ребёнка. Имея полную информацию о ребёнке, воспитатель быстрее поймет его и установит контакт.

Заключительный – ребёнок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день.(гибкий режим)

1-й шаг- приход ребёнка вместе с родителями только на прогулку;

2-ой шаг - приход ребёнка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности;

3-ий шаг- ребёнок остается один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;

4-ый шаг – ребёнок завтракает в присутствии родителей и остается один на 2-3 часа ;

5-ый шаг – ребёнок остается один с завтрака до обеда;

6-ой шаг – ребёнок остается на сон ,но сразу после сна его забирают родители ;

7-ой шаг – ребёнок остается один на целый день.

Общение с воспитателем: воспитателю в короткий срок необходимо узнать особенности ребенка. Для этого используются такие формы работы как : индивидуальные беседы, анкетирование.

На протяжении всего пребывания в ДОО дети находятся под постоянным контролем медицинской сестры и участкового педиатра, ежедневно регистрируются в тетради состояние кожных покровов ребенка, стул, температура. Идет тесное сотрудничество с узкими специалистами, в частности с психологом, кот. совместно с воспитателем ведет наблюдение за детьми и заполняет листы адаптации, дает необходимые рекомендации воспитателям и родителям.

Развивающая среда группы:

Основная задача педагогов и сотрудников ДОО – создание психологически комфортных и безопасных для ребенка условий развивающей среды, максимально приближенных к домашним, игровые зоны расположены в соответствии с санитарными нормами, эстетически оформлены.