

Как помочь родителям и ребёнку при адаптации к детскому саду.

Какое счастье, Ваш малыш подрос! И многое умеет сам: Играет, ходит, размышляет.

Пришла пора ребёнка в сад отправить. Тревожно маме, папе, всей семье.

Переживает даже серый кот- Малыш сегодня в детский сад идёт!

Вздыхает мама- Как он там один? Не плачет ли? Как кушает? Что с ним?

Играет ли с детьми? Нашёл ли друга? А если плачет? Как же быть?

Что делать? Как же всё исправить?

Всех адаптация переживать заставит!

Ваши опасения не случайны. Отрыв ребёнка от дома, от родных, от привычных условий – сильный стресс. Ведь малыш воспринимает эту ситуацию как лишение родительской любви, защиты и внимания. Поэтому важно осуществлять плавный переход из семьи в детский сад.

Детство - уникальный период в жизни человека, именно в это время происходит становление личности. Опыт детства во многом определяет взрослую жизнь. В любом начале пути рядом с детьми находятся самые главные люди его жизни – родители. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить первые основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка.

Родители и педагоги тесно взаимосвязаны и как одна большая семья должны действовать вместе. Ведь не надо забывать, что родитель – главный воспитатель, а детский сад в помощь родителю. Станут ли годы проведённые в детском саду счастливыми, интересными, запоминающимися – во многом зависит от вас, от вашего участия в жизни группы и детского сада, от вашего взаимодействия не только с воспитателями, но и с другими родителями группы.

"растерять" навыки самообслуживания. Не волнуйтесь! Успешность адаптации определяется тем, что ребенок не только "вспоминает" забытое, но вы, с удивлением и радостью, отмечаете новые достижения, которым он научился в саду.

5. Двигательная активность. Некоторые дети становятся "заторможенными", а некоторые — неуправляемо активными. Это зависит от темперамента ребенка. Хорошим признаком успешной адаптации является восстановление нормальной активности дома, а затем и в садике.

6. Сон. Если вы оставляете ребенка в саду на дневной сон, то готовьтесь, что впервые дни он будет засыпать плохо. Иногда дети вскакивают, или, уснув, вскоре просыпаются с плачем. Дома также может отмечаться беспокойный дневной и ночной сон. К моменту завершения адаптации сон и дома, и в саду обязательно нормализуется.

7. Аппетит. В первое время у ребенка бывает пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей, со стрессовыми реакциями — малышу просто не хочется есть. Хорошим признаком считается восстановление аппетита.

8. Здоровье. Стресс приводит к тому, что ребёнок слабеет, снижается сопротивляемость организма инфекциям, и он может заболеть в первый месяц. Часто случается так, что причина простуд не медицинская, а психологическая. Один из известных механизмов психологической защиты так и называется - бегство в болезнь. Организм с легкостью подпадает под любое отрицательное влияние, отказывается противостоять простуде. Обычно адаптация проходит за 3-4 недели, но случается, что она растягивается на 2-3 месяца.

Чем могут помочь родители?

Каждый родитель, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно.

Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность:

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде.
2. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.
3. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!
4. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).
5. Дайте в сад небольшую мягкую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.