

Советы родителям

«Адаптация детей раннего возраста в детском саду»

В первый день ребенок с радостью пошел в детский сад, не плакал, когда мама уходила, спокойно играл с другими детьми. Но уже буквально на следующий день малыш не отпускает маму, плачет, неадекватно реагирует на какие-либо слова. Это абсолютно естественно и нормально. Ребенок вступает в стадию адаптации – приспособления к изменившимся условиям его жизни.

От того как протекает процесс адаптации, зависит дальнейшее отношение ребенка к детскому саду.

Адаптация считается легкой, если она проходит в течение 1-2 недель. Адаптация сроком до 2-х месяцев – в пределах нормы. Если после 3-х месяцев посещения садика ребенок продолжает себя вести «как в первый день», то речь идет о тяжелой адаптации. В таком случае требуется помощь психолога.

Для ребенка детский сад – это серьезное испытание. Он попадает в совершенно незнакомое для него место: где нет родных и близких; где действует определенный распорядок дня, отличный от домашнего; где вокруг всегда много сверстников.

Легче всего адаптация протекает у тех детей, родители которых заранее готовили своих ребятишек к поступлению в детский сад. Было бы неплохо, если бы вы заранее устраивали ваши прогулки с ребенком возле детского садика, рассказывали бы, чем там занимаются дети, как весело им там играется. Ребенку необходимо представить садик, как увлекательное место для игр и забав. По возможности следует заранее познакомить ребенка с воспитателями, чтобы он впоследствии не пугался незнакомого человека.

Легче всего привыкают в детском саду физически здоровые дети. Когда ребенок не болеет, его ничто не беспокоит, и в эмоциональном плане он чувствует себя хорошо, тогда все силы организма направлены не на борьбу с заболеванием, а на привыкание к новой обстановке.

Очень важно, перед посещением детского сада научить ребенка: самостоятельно одеваться, ходить на горшок, кушать ложкой и пить из чашки. Это поможет ему меньше нервничать, переживать и беспокоиться.

Если режим дня малыша похож на тот режим, который принят в детском саду, то это позволяет свести к минимуму стресс из-за смены распорядка дня, для этого надо примерно за месяц до начала посещения детского сада переводить ребенка на режим детского сада. Трудно адаптируются неподготовленные к детскому саду дети.

Самый большой страх ребенка в адаптационный период – это то, что за ним никто не придет. Ни в коем случае нельзя спекулировать этим страхом! Нельзя наказывать ребенка, угрожая тем, что вы заберете его из садика последним, или

отдадите воспитательнице. Наоборот, в первое время нужно забирать малыша пораньше!

Ваш настрой также очень важен для адаптации ребенка. Если ребенок видит, что мама сама чуть не плачет, оставляя его в садике, то и он тоже начнет переживать и волноваться.



Родители всем своим видом должны показывать, что они спокойны, так как знают, что с малышом в садике ничего плохого не может случиться.

Желаем вашему малышу легкой адаптации и много счастливых минут в стенах нашего детского сада!!!