



Адаптация детей к детскому саду

Выполнила :
студентка 3 курса

Прогноз вероятной степени адаптации ребенка

Вы можете составить, наблюдая за малышом в первые дни посещения детского сада

Легкая адаптация. Ребенок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановит свое внимание на чем-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребенок вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к другому человеку, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заместители, например, понарошку кормит куклу, способен длительное время удерживать внимание на одной игрушке, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительна, эмоции легко распознаются. Ребенок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них свое поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Родители доверяют своему ребенку, не контролируют его поминутно, не опекают, не указывают, что ребенку нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают малыша в случае необходимости. Родители уверены в себе, с доверием относятся к специалисту, отстаивают свои взгляды, проявляют инициативу и самостоятельность.

Адаптация средней тяжести. Ребенок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями взрослого, либо через включение телесных ощущений. Напряженность первых минут постепенно спадает, ребенок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. Речь может быть развита как в пределах возрастной нормы, так и ниже или выше ее. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование). Родители часто не доверяют ребенку, пытаются дисциплинировать малыша, делая ему замечания: «Не бери без спроса. Не разбрасывай игрушки. Веди себя хорошо». Такие родители редко находятся в слиянии с ребенком. Со специалистом они могут быть откровенны или держаться на дистанции. Как правило, советы и рекомендации педагогов принимают, задают много вопросов, избегая высказывать свою точку зрения.



- * **Тяжелая адаптация.** Контакт с ребенком удается установить только через родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. О развитии речи можно узнать только со слов родителей. Замечание или похвала специалиста оставляют ребенка либо безучастным, либо он пугается и бежит за поддержкой к родителям. Те либо игнорируют потребности ребенка, либо опекают его во всем, находясь с малышом в слиянии. Чаще в такой ситуации мы видим тревожного родителя, который воспринимает встречу с психологом, как экзамен. Такие родители нуждаются в дополнительных консультациях.
- * **Очень тяжелая адаптация.** С ребенком за время первой встречи не удается установить контакта. Родители находятся в слиянии с ребенком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Часто родители авторитарны, вступают в конкуренцию со специалистами, демонстрируют свою сверх компетентность во всех вопросах.



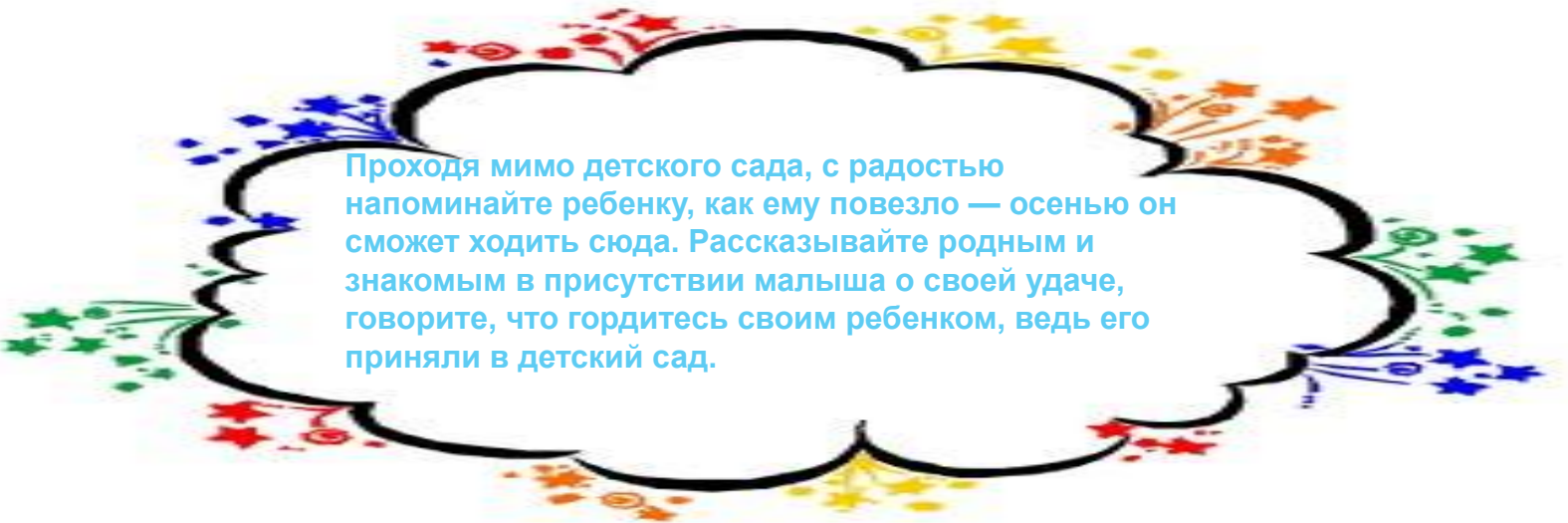
Как помочь ребенку в период адаптации

(простые правила для родителей)

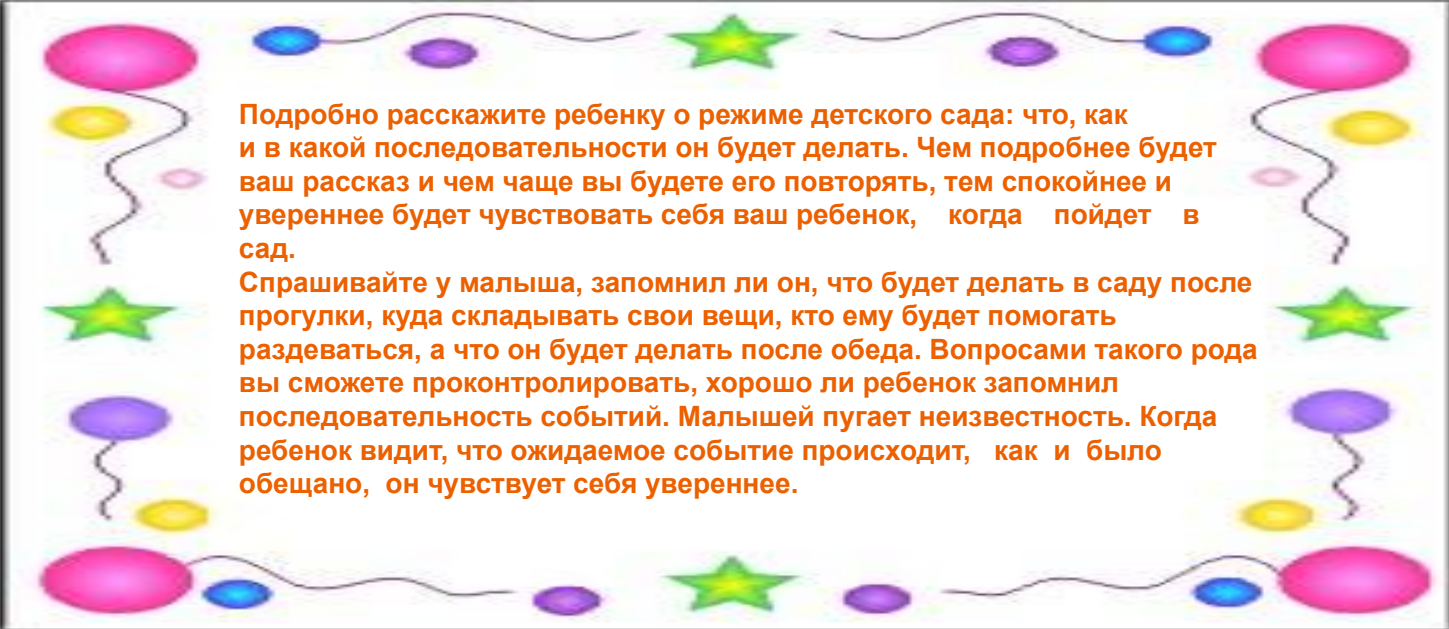


Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад.

Например: детский сад — это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Ты все это сможешь посмотреть, потрогать, поиграть со всем этим. В саду дети кушают, гуляют, играют. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в сад, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в саду, а я расскажу тебе, что у меня интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, осенью я начну водить тебя туда. Но нам нужно подготовиться к этому. Купить все необходимые вещи, приготовить «радостную коробку», выучить имена воспитателей и выучить правила детского сада.



Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло — осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.



Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад.

Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда. Вопросами такого рода вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

- * Ваш малыш совсем скоро впервые пойдет в детский сад? Конечно, вы очень волнуетесь, как он будет контактировать с новыми людьми и понравится ли ему в саду.
- * С какими реальными проблемами придется столкнуться вам и малышу и как подготовить ребенка к детскому саду?



* Приучайте ребенка к длительному отсутствию родственников.

- * После того как вы убедитесь, что в вашем присутствии ребенок спокойно общается с другими взрослыми, можно попробовать оставлять его с кем-то из знакомых уже без вас. На роль временной няни лучше всего подойдет ваша подруга или бабушка (при условии, что ранее она проводила с внуком немного времени). Для начала достаточно оставить ребенка на час-другой, постепенно время можно увеличивать.
- * Всегда говорите малышу, когда именно вы вернетесь. Например, после того как ребенок поспит и поест. Так ребенку будет легче вас ждать. Обязательно выполняйте данное обещание. Таким образом, малыш будет понимать, что ваше временное отсутствие - вовсе не катастрофа, и что вы всегда вернетесь за ним.
- * Посещайте группы раннего развития и игровые комнаты. Там малыш привыкнет к тому, что в определенных условиях "главным" взрослым может быть не мама



Научите ребенка самостоятельно одеваться, принимать пищу и ходить на горшок.

Если ребенок будет уметь одеваться, принимать пищу и ходить на горшок сам, то ему будет намного проще. Проследите, сколько времени ребенок тратит на то, чтобы съесть обед. Обычно в саду на него уходит 30 минут. Все эти навыки смогут уменьшить эмоциональный и физический дискомфорт ребенка, когда он окажется в незнакомом коллективе.



Советы по подготовке ребенка к детскому саду:

Переведите ребенка на четкий режим дня.

Детишкам будет проще соблюдать режим в садике, если он последнее время жил по такому режиму. То, что для него будет вполне естественно, не будет вызывать дополнительных трудностей. Узнайте заранее режим дня в садике, куда вы планируете отдать ребенка.

Примерный режим дня в садике:

7:00 - 8:30- прием детей

9:00- завтрак

10:30- прогулка, занятия

12:00 (или 12:30)- обед

13:00- 15:00- дневной сон

15:30- полдник

16:00-18:30 -игры, прогулка; родители забирают детей.



Подготовьте ребенка морально.

Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому что он уже большой. Говорите о том, как здорово, что он уже взрослый. И самое главное- все время объясняйте ребенку, что он для вас как и прежде, дорог и любим. Рассказывайте ребенку, что и когда именно он будет делать в садике, и чем вы будете заниматься на работе. Объясняйте ему, что мама всегда придет за ним вечером.

Играйте в садик: приводите в «садик», оставляйте его одного, а потом покажите на часы и скажите: «Вот и время пришло, сейчас пойду своего сыночка (дочку) из садика забирать».



Читайте сказочные истории о посещении садика. Все рассказы должны заканчиваться счастливо. Можете устраивать игру с куклами «День в детском саду». Уже «прожив» пугающую ситуацию в игре, ребенок будет проще к ней относиться.

По возможности, гуляйте с ребенком на территории садика. Например, когда дети спят, можно покопаться в песочнице или побегать по веранде. Вечером выходите смотреть, как родители забирают домой детей.

Будет идеально, если ребенок заранее познакомится с воспитательницей. Впоследствии малышу будет гораздо проще выполнять просьбы педагога, т.к. одним из основных трудностей для ребенка является необходимость слушаться и подчиняться незнакомому



* Готовьте ребенку еду как в детском саду.

- * Процесс адаптации к садику требует больших затрат психических и физических сил. И если ребенок будет сыт, то процесс привыкания у него пройдет намного легче. А если ребенок будет есть привычные и любимые блюда, его настроение будет повышенным и он охотнее будет воспринимать все «тяготы детсадовской жизни».
- * Основу рациона в садике составляют каши, супы, тушеные овощи, сырники, творожные запеканки, омлет, рыбные, мясные и куриные котлеты.

Среднее время адаптации ребенка к детскому саду занимает 3 недели. Если ребенок не адаптировался к садику по истечении 3 месяцев, необходимо обратиться к специалисту.



Закаливайте ребенка.

Посещайте бассейн, гимнастику, делайте массаж ребенку, почаще гуляйте на свежем воздухе, обливайтесь в ванной прохладной водичкой, не перекутывайте ребенка, чаще проветривайте комнаты, приучайте спать только в трусиках. В адаптационный период все силы ребенка должны быть направлены на освоение нового, а не борьбу с болезнями.



Поощряйте его стремление к общению со сверстниками.

Чаще ходите в гости к родным и близким с детьми. Старайтесь гулять там, где собирается много детишек с родителями. Играйте рядом или вместе с ними. Пусть ребенок привыкает общаться с другими детьми. Это важный социальный навык.

