Воспитатель МБДОУ № 42

Коновалова О.Г.

Консультация для родителей «Адаптация ребенка в детском саду».

Проблема детского сада — хорошо это или плохо, отдавать ребенка или не отдавать — рано или поздно возникает в каждой семье. Актуальность проблемы почти не зависит от уровня благосостояния семьи и от занятости родителей, каждый из которых имеет свой собственный опыт и свое личное мнение о достоинствах и недостатках детских дошкольных учреждений.

Вне всякого сомнения, принятие решения родителями во многом определяется вышеупомянутым личным опытом. Тем не менее посещение детского сада имеет свои плюсы и минусы, определенные не с точки зрения конкретных мамы и папы, а с точки зрения науки, точнее, наук — педагогики, медицины, психологии, социологии.

Сразу же отметим, что с точки зрения науки в целом детский сад однозначно рассматривается как фактор положительный, абсолютно необходимый для полноценного воспитания. И с этим нельзя не согласиться, потому что человек с незапамятных времен — существо коллективное. Искусство общения с другими членами сообщества во многом определяет всю жизнь человека. Этому, несомненно, стоит учиться с детства — никакая семья, никакие няньки-гувернантки, никакие неработающие бабушки не в состоянии заменить детский сад.

В большинстве случаев дети легко адаптируются к новой обстановке, и привыкают к детскому саду, находят там друзей и с радостью учатся новому. Но чтобы приспособиться, каждому ребенку нужно время. Необходимо помнить, что период адаптации, индивидуален, он может занимать несколько дней,

недель, а иногда и месяцев. Чаще всего зависит это, от того насколько сильна у ребенка привязанность к родителям и к дому, чем выше зависимость, тем дольше будет проходить процесс привыкания ко всему новому. Легче всего процесс адаптации проходят дети, из многодетных семей и из семей, где нет гиперопеки над малышом.

Довольно часто в книгах и статях по психологии, детские психологи, отмечают, что при так называемой легкой адаптации поведение ребенка приходит в норму в течение месяца, аппетит восстанавливается к концу первой недели, а проблемы со сном пропадают за 1-2 недели.

В случае трудной адаптации в течение первого месяца поведение ребенка может быть неустойчивым и отмечается резкой сменой настроения, аппетит и сон приходят в норму через 20-40 дней.

При тяжелой адаптации происходят нарушение сна, аппетита, настроения ребенка. В этот период, его могут мучить кошмары, отражающие психотравмирующие моменты.

Иногда у некоторых детей можно наблюдать и крайнюю степень очень тяжелой адаптации, которая может длиться до 6 месяцев.

Для того, чтобы адаптация к детскому саду, все же прошла успешно, ребенок должен быть достаточно хорошо подготовлен к посещению дошкольного учреждения – самостоятельно одеваться, есть, пользоваться горшком, ребенок не должен бояться проситься в туалет и высказываться о других своих потребностях. Во вторую очередь необходимо тесное взаимодействие воспитателя и родителей, до того, как Ваш ребенок пойдет в детский сад, необходимо познакомиться с педагогами, побеседовать с ними, рассказать о своем малыше. Не забудьте поинтересоваться, сколько новых детей ожидается в группе. В-третьих, привыкание ребенка должно быть планомерным и постепенным, сначала это может быть лишь прогулка на 1,5-2 часа, затем время можно увеличивать. Можно договориться с воспитателем и первые день-два присутствовать с ребенком в саду, так вы сможете расположить свое чадо к новой «тёте», и наладить теплый контакт между вашим ребенком и воспитателем.

Возможно самое страшное для ребенка – это страх, что его могут не забрать из детского сада, что родители про него забудут и не заберут. НИКОГДА не говорите малышу: «Я тебя отдам вон, той тете», «Все, я ухожу, а ты остаешься здесь», у ребенка не должно быть сомнений, что он дорог своим родителям.

Выражайте свою радость при встрече с ребенком, поцелуйте его, похвалите, за то, что он провел день в садике, находясь в разлуке с Вами.

Для решения проблемы адаптации ребенка можно предложить родителям воспользоваться игровой методикой введения детей в детсадовский образ жизни. Так как основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю.

Главной фигурой и центром внимания для двухлетних детей всегда остается взрослый, поэтому они с большим интересом наблюдают за его деятельностью. Если малыши не расположены в данный момент к подвижным играм, можно почитать им сказку или поиграть в спокойные игры.

Хорошо помогут адаптироваться игры, развивающие навыки выполнения повседневных обязанностей, вырабатывающие ответственность.

Идея методики заключается в том, чтобы подготовить и рассказать ребенку о детском садике на примере игры, а именно самым приятным для ребенка способом. Играть в садик необходимо уже за несколько месяцев до поступления в него вашего малыша. Можно использовать самые разнообразные игры: “Кукла Маша пошла в садик. У Маши в садике будет свой шкафчик. Маша нашла много новых друзей” Подтолкните ребенка наводящими вопросами “а, ты хочешь свой шкафчик?”, “покажи, как ты будешь спать в садике” “как будешь играть”.

“Иди ко мне”

Ход игры. Взрослый отходит от ребенка на несколько шагов и зовет его к себе, ласково приговаривая: “Иди ко мне, мой хороший!” Когда ребенок подходит, воспитатель его обнимает: “Ах, какой ко мне хороший Коля пришел!” Игра повторяется.

“Пришел Петрушка”

Материал. Игрушка Петрушка, погремушки.

Ход игры. Воспитатель приносит Петрушку, рассматривает его с детьми. Петрушка гремит погремушкой, потом раздает погремушки детям. Они вместе с Петрушкой гремят погремушками, радуются.

“Кто в кулачке?”

Ход игры. Воспитатель раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.

Затем взрослый читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения:

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок?

(Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

“Собирание сокровищ”

Материал. Корзина.

Ход игры. На прогулке воспитатель собирает вместе с ребенком сокровища (камешки, стручки, веточки, листья, раковины) и складывает их в корзину. Выясняет, какие сокровища вызывают у малыша наибольший интерес (это подскажет дальнейшие пути общения). Затем называет какое-либо сокровище и просит достать его из корзины.

Помните, если по какой-либо причине ребенок сменил группу, то проблема адаптации может возникнуть снова!

В заключении хотелось отметить, что отношение родителей к проблеме адаптации ребенка к детскому саду, должно быть не чрезмерно серьезным, но в то же время взвешенным. Самое главное, научиться общаться со своим ребенком, разговаривать с ним на темы, которые его беспокоят и волнуют и тогда все будет хорошо!

Желаем удачи!

Литература:

1. Заводчикова О. Г.Адаптация ребенка в детском саду : взаимодействие дошк. образовательных. учреждениях семьи : пособие для воспитателей / О. Г. Заводчикова. — М. : Просвещение, 2007. — 79 с.

2. Кирюхина, Н. В.Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практическое пособие / Н. В. Кирюхина. — 2-е изд. — М.: Айрис-пресс, 2006. — 112 с. — (Дошкольное воспитание и развитие).