

Консультация для родителей на тему:
«Адаптация ребёнка к детскому саду».
Подготовил: воспитатель Пестрикова Ю.Б.

Уважаемые родители!

Наступило время когда, вы, очень волнуетесь о том, как ваш ребёнок переживёт период адаптации к детскому саду. Для того чтобы этот непростой период прошёл как можно легче, необходимо сотрудничество родителей и воспитателей. В помощь вам предлагаем эту консультацию.

Адаптацией называют процесс вхождения малыша в новую для него среду и привыкание к условиям детского сада. До детского сада ребёнок привык к домашнему образу жизни, режиму сна, режиму бодрствования, разновидностям рациона, правилам поведения, характерным для каждой семьи по-своему.

Скорее всего, непривычными и новыми для вашего ребёнка окажется большинство условий, которые соблюдаются в детском саду. И, конечно же к ним вашему малышу придётся привыкать, а потом и приспосабливаться. Период адаптации к новым условиям не у всех детей проходит быстро и мягко. У многих малышей в период адаптации временно нарушается общее состояние и поведение. К ним относятся:

- нарушение эмоционального состояния (малыш много плачет);
- отказывается от еды;
- нарушается сон (ребёнок не может заснуть или часто просыпается, его сон тревожный).

Иногда может повышаться температура тела, изменяется характер стула, происходит нарушение приобретённых навыков (малыш возвращается к соске, перестаёт проситься на горшок или его речь затормаживается и т.д.)

Срок адаптации и привыкания к новым условиям в детском саду зависит от индивидуальных особенностей малыша: от типа его нервной системы, от уравновешенности, от умения или отсутствия умения выполнять требования взрослых, от того общительный или замкнутый ребёнок, от приобретённых навыков или их отсутствия и т.д.

Существует понятие о трёх степенях адаптации ребёнка:

- меньше 1 месяца – лёгкая степень;
- 1,5-2 месяца – средняя степень;
- от 2 до 6 месяцев – тяжёлая степень.

Во время лёгкой адаптации негативное состояние ребёнка длится недолго. При лёгкой степени адаптации малыш может отказаться от сна, пищи, питья, он не хочет играть с детьми. Но в течение недолгого времени (примерно около месяца) у малыша налаживается сон, появляется аппетит, речь ещё заторможенная, но ребёнок уже откликается на просьбы и указания взрослого. При лёгкой адаптации ребёнок обычно не заболевает.

При адаптации средней тяжести у ребёнка эмоциональное состояние приходит в норму более медленно. После поступления в детский сад в течение месяца малыш болеет, как правило, ОРЗ или ОРВИ. Болезнь длится 7– 10 дней и проходит без осложнений. Сон и аппетит восстанавливаются через 20– 40 дней. Настроение у ребёнка в этот период неустойчиво-переменчивое. При расставании и при встрече с мамой ребёнок кричит или плачет. Речевая активность слабая. В основном, к другим детям ребёнок равнодушен. Малыш в этот период бывает как бледным, так и с пылающими щеками (может проявиться диатез). Иногда, при поддержке воспитателя ребёнок соглашается принять участие в играх, в какой либо деятельности.

Тяжёлая форма адаптации проявляется в том, что эмоциональное состояние ребёнка нормализуется очень медленно (может длиться до нескольких месяцев). Ребёнок переносит повторные заболевания, иногда с осложнениями. Он плохо засыпает, сон не продолжительный, короткий. Аппетит плохой или полностью отказывается от еды. Во время сна вскрикивает, просыпается со слезами. Может проявляться рвота, бесконтрольный стул. Такие реакции организма направлены на выход из ситуации. Он может кричать, много плакать, протестовать. Так же ребёнок может быть вовсе не активным (тихо плачет, хныкает; он подавлен, напряжён). Малыш избегает общения с другими детьми, он сторонится их, иногда проявляет агрессию. Может проявиться задержка речевого развития.

Течение адаптационного периода зависит от многих факторов, таких как: возраст ребёнка, уровня развития ребёнка, индивидуальных особенностей, условий жизни в семье.

Как помочь ребёнку перенести период адаптации как можно легче:

Родители должны мыслить позитивно. Говорить малышу, что он повзрослел, вырос и пойдёт в детский сад. Внушайте малышу заранее, что ему будет в саду хорошо, что о нём там будут заботиться, что он будет играть там с другими детьми.

Соблюдайте дома режим дня, заранее узнав, какой режим соблюдается в детском саду. Чтобы у ребёнка не было дискомфорта, заранее приучите его к горшку, отучите от соски (пустышки). Прививайте навыки самообслуживания. Ребёнок, который умеет самостоятельно кушать, раздеваться или одеваться (кроме пуговиц и шнурков), не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого.

Говорите малышу чаще: «Ты стал большим и взрослым. Тебя уже приняли в детский сад. Мы с (папой, мамой) будем ходить на работу, а ты - в детский сад. Ты у нас самый лучший! Мы, тебя очень любим! Мы гордимся тобой!»

Настраивайте себя на успех! Постарайтесь поддерживать хорошие ровные отношения с педагогами детского сада! Показывайте малышу позитивное отношение к садику.

Желаем вам удачно пройти адаптацию !

