

Как помочь ребенку в адаптации к детскому саду

(Педагог-психолог высшей квалификационной категории Чернюк Ольга Васильевна)



Основной проблемой адаптации к детскому саду является расставание с мамой. Именно это приводит ребенка в отчаяние. Чаще всего мама ребенка внимательна и ласкова к своему малышу, но очень важно, чтобы в это общение было бы включено деловое сотрудничество- чтобы мама помогла ребенку овладеть предметной деятельностью (чашкой, ложкой, горшком, расческой). Если ребенок научен манипулировать игрушками, простыми бытовыми предметами (крышка-кастрюля), то при расставании с мамой воспитателю легче его отвлечь от переживаний и переключить на предметную деятельность. Практическое взаимодействие более безлично, менее опосредовано привычкой к контактам, так как есть новое звено-предмет, которое отвлекает от того с кем общался ребенок до прихода в детский сад. Через предметную деятельность развивается ребенок (60-80 повторений при знакомстве с предметом-ощупывает, обкусывает, разрывает). В предмете запрограммирован опыт, выработанный человечеством. Если родители запрещают и мешают деятельности, у ребенка развивается нерешительность, стыдливость, тупиковые виды движений (сосание пальца). Если родители ловят желания ребенка, то ребенок может долго обходиться без речи.

Некоторые родители как только ребенок начинает посещать детский сад по незнанию совершают ошибки:

- совмещают начало посещения детского сада с другими серьезными изменениями в жизни ребенка (мама выходит на работу, переезжают в другую квартиру, родители разводятся, в семье рождается еще ребенок),
- родители заранее не знакомятся с воспитателем, группой, игровой площадкой группы, которую будет посещать ребенок,
- с первых дней оставляют ребенка на целый день, полагая что быстрее привыкнет к новым условиям,
- родители не перестраивают режим сна, питания в соответствии с режимом детского сада.

В первые дни пребывания ребенка в детском саду пребывание ребенка в группе должно быть не больше 2 часов. Утреннее кормление желательно проводить дома. Укладывание спать можно пробовать (в зависимости от индивидуальных особенностей) на 6-й день пребывания в детском саду.

В процессе адаптации очень полезны игры с водой:

- переливать воду с одной емкости в другую, вылавливать мелкие предметы,

игрушки из воды ситечком, шумовкой, наблюдать какие предметы тонут, какие нет;

- полезен легкий игровой массаж спины, ручек, ножек, лица («Рельсы, рельсы, шпалы, шпалы, ехал поезд запоздалый, из последнего вагона вдруг посыпался горох, пришли куры-поклевали, поклевали. Пришли утки-пощипали, пощипали. Пришел слон-потоптался. Пришла слониха-потопталась. Пришел слоненок-потоптался, потоптался. Пришел дворник-все подмел, поставил стол, поставил стул, начал писать письмо...»);

-подвижные игры помогают снять напряжение и дают положительные эмоции: «Догони меня», «Беги ко мне», «Перешагни», «Перепрыгни», «Игры с мячом»;

-благотворно влияют на психику ребенка рисование красками, пальчиками, ладошками;

-полезны игры с песком, крупами, глиной: «Куличики», «Найди игрушку», «Узоры на крупе», «Слепим колобок».

Некоторые дети после посещения в первые дни детского сада становятся агрессивными дома с близкими: начинают бить маму, бабушку, кусаться, швырять игрушки, махать руками, ногами, плевать. Таким способом ребенок снимает напряжение, которое накопилось в детском саду. Сшейте или купите мягкую игрушку, подушку, придумайте простое имя, удобное для произношения ребенком например: Бо-бо, Жу-жа и тому подобное. Когда у малыша появится желание кусаться, потолкаться, стукнуть кого-либо игрушкой, объясните что маму бить нельзя (сказать нужно строго), а вот есть игрушка которая всегда будет рада подраться и пошалить. Научите ребенка как можно шалить с этой игрушкой. Следите, чтобы агрессия ребенка направлялась на игрушку, а не на людей.

По дороге в детский сад важно создавать положительную установку на воспитателя группы и на все предстоящие режимные процессы, которые будут в детском саду-все это позволит малышу быстрее адаптироваться.

