



Консультация для родителей

Идём в детский сад. Как облегчить адаптацию.

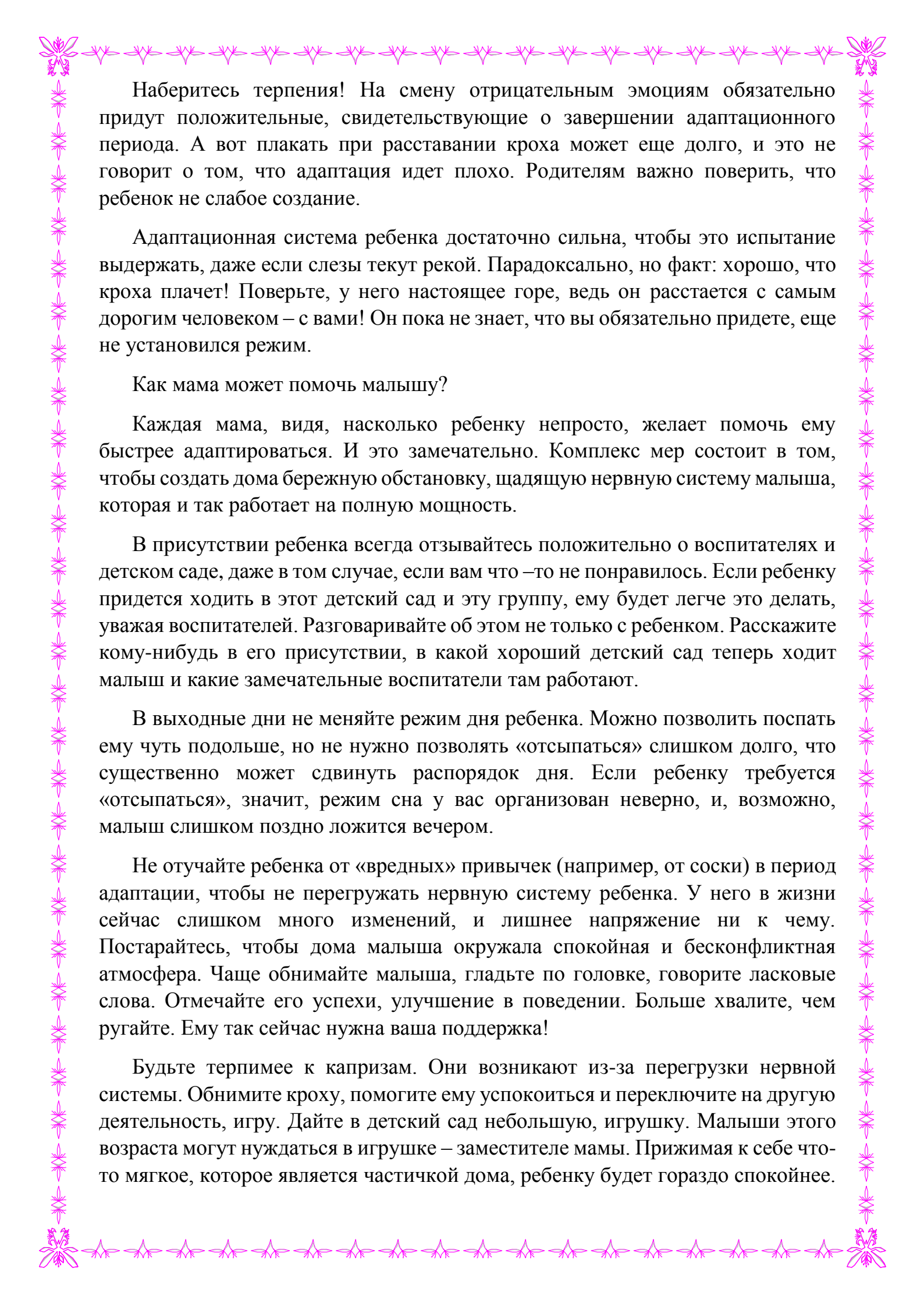
Подготовила
воспитатель высшей категории
МБДОУ № 47 г. Невинномыска
Чуфистова М.А.

В настоящее время в нашем ДОУ накоплен большой положительный опыт организации приема детей в детское учреждение.

Широко практикуется работа с родителями, рекомендуется соблюдать одинаковый режим в детском саду и в семье, знакомство с ребёнком до поступления в детский сад,

Поступление ребёнка в детский сад нередко бывает сопряжено тяжелым переживаниями, сопровождающимися снижением активности и даже заболеваниями. Поэтому в этот период актуальное значение имеет тесное взаимодействие педагогов и родителей в целях создать оптимальные условия для успешной адаптации ребёнка.

В первые дни пребывания в ДОУ гораздо сильнее выражены отрицательные эмоции: от хныканья, «плача за компанию» до постоянного приступообразного плача. Особенно яркими являются проявления страха (ребенок явно боится идти в садик, боится воспитателя – нового незнакомого взрослого или того, что мама за ним не вернется), гнев (когда малыш вырывается, не давая себя раздеть, или даже может ударить взрослого, собирающегося оставить его), депрессивные реакции и «заторможенность», как будто эмоций нет вообще. В первые дни ребенок испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если ребенок и улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул (необычная игрушка, «одушевленная» взрослым, веселая игра).



Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении адаптационного периода. А вот плакать при расставании кроха может еще долго, и это не говорит о том, что адаптация идет плохо. Родителям важно поверить, что ребенок не слабое создание.

Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком – с вами! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим.

Как мама может помочь малышу?

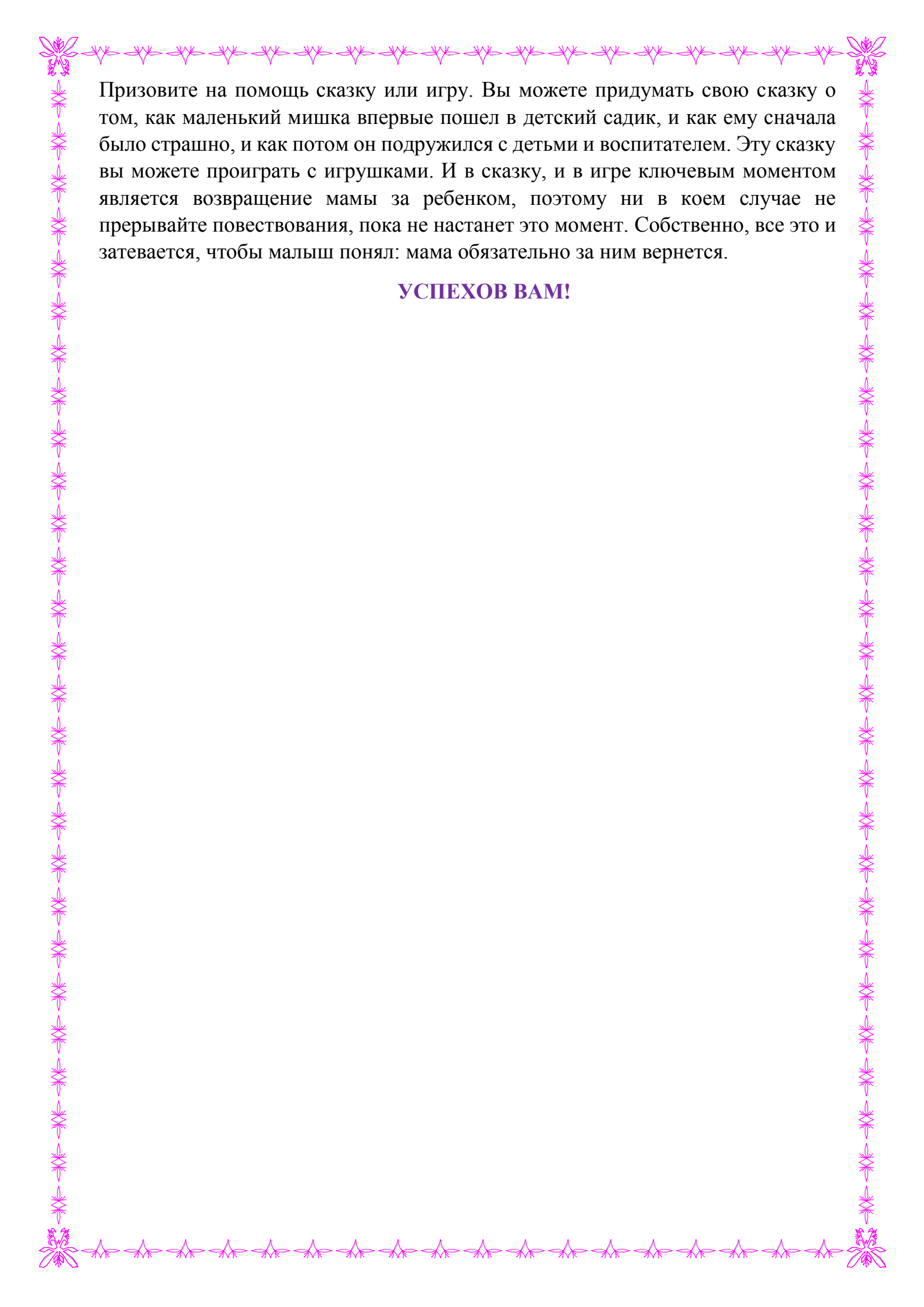
Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и детском саде, даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот детский сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с ребенком. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший детский сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть подольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребенку требуется «отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

Не отучайте ребенка от «вредных» привычек (например, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему ребенка. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность, игру. Дайте в детский сад небольшую, игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке – заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.



Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в детский садик, и как ему сначала было страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в сказку, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет это момент. Собственно, все это и затевается, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернется.

УСПЕХОВ ВАМ!