

Первый путь в большой социум: ребенок идет в детский сад



Рекомендации родителям «Как помочь ребенку адаптироваться в новых образовательных условиях»

Поступление в детский сад – серьезный этап в жизни малыша. Очень часто он бывает болезненным и для ребенка, и для родителей. Поэтому главная задача взрослых – обеспечить такие условия, при которых процесс адаптации к новым социальным условиям не приведет к нарушению здоровья ребенка, его эмоционального и психологического благополучия.

Что можно предпринять родителям для смягчения психологического напряжения и уменьшения стресса у ребенка? Прежде всего, к поступлению в детский сад нужно подготовиться. Многие родители не придают большого значения этому периоду, игнорируя, либо сильно сокращая его время. А ведь только один «домашний» этап, так называемый этап «настройки», занимает примерно 4-5 месяцев до поступления в дошкольное учреждение.

Задача родителей на этом этапе – формирование поведенческих стереотипов, обеспечивающих безболезненное вхождение ребенка в режимные моменты группы и детский коллектив. Для этого необходимо

постепенно расширять круг общения малыша: посещать с ним детские площадки, знакомить его с разными людьми, сверстниками. Попробуйте чаще оставлять ребенка у родственников или близких знакомых: сначала на короткий срок, потом на более длинный. Известно, что легко и быстро адаптируются те дети, которых родители часто оставляют на попечение соседки, отвозят на недельку погостить к бабушке или берут с собой в компанию друзей. Кроме того, с малышом нужно постоянно говорить о детском садике, формировать положительное отношение к его посещению.

Примерно за 1-2 месяца до поступления в детский сад необходимо создать ребенку режим дня, который соответствует режиму в группе, уделить внимание рациону питания, принятому в системе питания садика, побуждать и поощрять ребенка к самообслуживанию. Практика показывает, что наибольшие проблемы испытывают те дети, у которых отсутствуют или слабо развиты социально-значимые умения и навыки: самообслуживание, игровые навыки, речь.

Очень важно научить ребенка заявлять о своих потребностях (хочу в туалет, хочу пить), желаниях, научить сообщать другим людям о своем физическом или эмоциональном неблагополучии (болит живот, стало грустно и проч.), обращаться за помощью к другому человеку, если что-то не получается.

Знакомство с садиком. На этом этапе родителям нужно познакомиться с персоналом дошкольного учреждения, узнать традиции, получить сведения об образовательной программе. Полезно поиграть дома в игры, аналогичные тем, которые использует воспитатель.

У каждого малыша свой темп привыкания, поэтому постепенное введение в новые условия будет основываться исключительно на оценке поведенческих и познавательных характеристик вашего ребенка.

Постепенно время пребывания ребенка в дошкольном учреждении увеличивается.

Как психологически правильно должна вести себя мама?

В первые дни совместного посещения дошкольного учреждения, чтобы не вызывать у малыша тревоги и напряжения, не следует прижимать его к себе, брать на руки; необходимо спокойно относиться ко всем предложениям персонала, помогать воспитателю в выполнении наиболее трудоемких режимных процессов (сборы на прогулку и др.), но не подменять его в воспитательном процессе.

Главная задача родителей — формировать положительное отношение малыша к воспитателю — интересному доброму взрослому и быть его помощником. Кроме того, родители должны с ответственностью относиться к рекомендациям педагогов. Во время адаптационного периода родителям следует создать условия для спокойного отдыха ребенка дома. В это время не стоит водить его в гости, в шумные компании, связанные с поздним возвращением домой, а также принимать у себя слишком много друзей. Малыш в этот период слишком перегружен впечатлениями, не следует еще больше перегружать его нервную систему.