

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №2 села Ржевка Шебекинского района
Белгородской области»

Консультация для родителей
«Адаптация к садику по всем правилам»

Подготовила:
Колченко Е.В
Педагог -психолог

Адаптация ребенка в детском саду неизбежна. Утренние истерики перед сборами в садик-признаки тяжелой адаптации ребенка к детскому саду. Кто-то её проходит плавно, поплакав первую-вторую неделю, а чьё-то поведение заставляет родителей задуматься о том, что возможно рано малыша отдавать в сад, или стоит сменить группу и воспитателя. Что такое понятие адаптации. Это привыкание всего организма вашего карапуза под непривычную для него среду. Имеется ввиду как его эмоциональное состояние так и физическое. Адаптация это всегда стресс. Что может быть страшнее для ребенка, чем разлука с мамой? Кто-то находится в этом сложном состоянии первый месяц, а кто-то пол -года не может адаптироваться к саду.

Психологами подмечено, что мальчики тяжелее девочек переносят это состояние. Именно в период от 3-5 они максимально привязаны к матери, плюс кризис 3 лет у них проходит обычно более выражено. Под гипнозом почти все взрослые вспоминают страхи и ощущение безмерного детского горя.

Психические травмы малыш прячет в себя (Петя укусил, а мамы нет рядом, воспитатель сказала, что если не будешь спать заберет бабайка, и мама любит только хороших и послушных деток),и этим подрывает своё здоровье, начиная часто болеть. К непривычному климату ясельной группы, воспитателям (по сути чужим тетям на первом этапе) добавляется адаптация к новым вирусам и микробам.

Поведение и есть те признаки по которым мама должна понять, что происходит с её сокровищем, и конечно же помочь ему в этот период всеми доступными методами. К первому дню в детском саду стоит готовиться заранее.

Степень адаптации ребенка в детском саду

- Тяжелая

- Средняя
- Легкая

Тяжелая степень. Это безусловно те детки, которые идут в сад с истериками, даже спустя месяц, так что слышит весь двор. Зачастую к этому прибавляются «бесконечные» простуды и повышенная нервозность, плаксивость.

Средняя степень. Утренняя плаксивость характерна на первых порах от 2 недель до месяца и время от времени возникающих позже. Особых нервных срывов и истерик не случается, однако малыш сложно проходит «вирусную и бактериальную адаптацию в ясельной группе», начинает болеть.

Легкая степень. Малыш по утрам более-менее охотно идет в сад. Слабые изменения в его поведении заметны только родителям. Частая болезненность не отмечается.

Советы психолога по адаптации ребенка в детском саду

Дети с тяжелой формой адаптации трудно идут на контакт. Воспитатель может установить контакт только через родителя (бабушку, сестру). Попытки воспитателя заинтересовать его игрушкой имеют кратковременный эффект, или вообще остаются без внимания. Даже с учетом того, что все дети 2 лет играют особняком этот малыш заметнее других одинок и растерян. Переходит от одной игрушки к другой, старается забиться в угол, спрятаться. На похвалу / замечания не реагирует, словно его здесь нет. Отказывается от еды. При более активных попытках привлечь внимание начинает плакать ища маму. Часто болеет. Болезни зачастую затяжные, с осложнениями.

В подходе к таким малышам справится только опытный воспитатель путем где-то повышенного внимания, а где-то просто оставив малыша в его «уголке». Таких малышей чаще остальных нужно брать на руки, даря им «оставленное дома» ощущение безопасности и любви (для скорейшего

привыкания к воспитателю). В такой ситуации не обойтись без помощи психолога (они есть в каждом дошкольном учреждении).

Не стесняйтесь поговорить о сложившейся ситуации, если ваш воспитатель сам не проинформировал специалиста. Ребенка забирайте почаще до дневного сна. Пусть врач пропишет комплекс витаминов. Психолог создаст «моделирование» положительной ситуации нахождения карапуза в группе.

Средняя степень адаптации это когда малыш по утрам более- менее спокойно отправляется в свою группу, без регулярных истерик и умоляющего плача. У малыша также есть стресс от разлуки с мамой, но после того, как кроху оставляют в группе он совсем недолго хныкает, грустит время от времени. Проблемы заключаются в том, что стресс скрытый. Перемены в его поведении замечают только близкие (стал более «ручным», беспокойно стал спать). При обмене различными бактериями иммунитет не выдерживает двойной нагрузки и малыш болеет. Отличие от тяжелой адаптации и в том, что оказавшись дома карапуз очень быстро идет на поправку, никаких осложнений после болезни нет. Советы психолога в данной ситуации. Малыша рекомендуется переключать на игрушки, хвалить отводить в группу, вовлекать в игры. Родителям рекомендуется почаще вслух хвалить малыша за то, что он ходит в садик. С восторгом замечать все его достижения.

Хорошим признаком служит то, что после месяца — двух ваше сокровище активно начнет знакомиться с детками, будет инициатором игр (хотя это более характерно для деток после 3 лет).

Легкая адаптация в младшей группе сада характерна для половины малышей. Малыши поначалу активно хотят в сад. Им нравятся новые игрушки. Некоторые плачут утром, но при легкой адаптации дети никогда не закатывают утренних истерик, только хныканье и незначительные капризы (хочу идти в тапочках, возьму железную дорогу, пойду в пижаме). Привыкание к новому укладу жизни наступает примерно через 2-5 недель.

Советы , чтоб привыкание к саду протекало легко

1. Готовьтесь к саду заранее,
2. Осмотрите цветовую гамму будущей группы, наличие игрушек, книг, теплого покрытия на полу, отсутствие сквозняков,
3. Дайте малышу в сад любимую игрушку,
4. Будьте готовы к некоторой акклиматизации, пейте витамины,
5. Обратите внимание на отношение воспитателей к другим детям,
6. Фотографируйте сами своего малыша в группе сами, чтобы потом показывать ему по вечерам эти фотографии и общаться вопросами. Какие игрушки ты любишь? Малыш пальчиком покажет. Покажи на какой кроватке ты спишь? А где ты сидишь за столиком? Твоя кроватка самая хорошая, да?
7. Устраивайте «каникулы» от посещений сада, оставляя малыша дома внепланово на день-другой,
8. Если кроха остается дома (заболел, просто оставили) придерживайтесь режима дня как в ясельной группе,
9. Всегда будьте на стороне своего малыша. Если адаптация/привыкание идет тяжело слушайте только своё сердце. Никто кроме вас не знает что лучше для вашего карапуза. Одним действительно нужна строгость, другим- мягкость.