



Адаптация. Как надо готовить ребенка в детский сад.

Чаще всего родители не предполагают, с какими трудностями столкнется ребенок в первые дни и недели в детском саду. Из-за недостаточных знаний и гиперопеки родители могут усугубить состояние ребенка.

В период адаптации к детскому саду дети могут начать часто болеть из-за стресса. В норме за первые 20 дней ребенок может проболеть не более 10 дней. Во время тяжелой адаптации в первые два месяца дети болеют минимум три раза, каждый раз дольше 10 дней.

В первые дни в детском саду дети могут «разучиться» о себе заботиться: перестать самостоятельно есть, мыть руки. Возможны проблемы со сном. Дети могут почти полностью отказываться от еды или, наоборот, постоянно просить есть. В норме аппетит нормализуется за 10–15 дней, сон – за 40–60 дней.

На время может снизиться познавательная активность. Некоторые дети перестают интересоваться игрушками, становятся слишком медлительными или, наоборот, очень активными. Дети могут перейти на односложные предложения, забыть некоторые слова.

В тяжелом или депрессивном состоянии дети могут часами сидеть с отсутствующим видом, не есть, не играть, а только смотреть на дверь и ждать родителей. Обманутые ожидания могут вызывать у ребенка плач и истерику, вспышки агрессии.

Чтобы адаптация детей прошла безболезненно, предлагаю Вам, уважаемые родители, памятки. В памятках – информация, как подготовить ребенка к переменам и чему его научить, а также рекомендации, как вести себя с ребенком в период адаптации.