«Адаптация детей первой младшей группы к детскому саду».

|  |
| --- |
| Не секрет, что многие родители переживают период адаптации ребенка к детскому саду так же тяжело, как и их дети.    Адаптация – это приспособляемость организма к изменяющимся внешним условиям. В привычной, сложившейся жизни ребёнка появляются такие изменения:  • Чёткий режим дня;  • Отсутствие рядом мамы;  • Постоянный контакт со сверстниками;  • Необходимость слушаться воспитателя;  • Резкое уменьшение внимания.  Основная причина, которая вызывает слёзы у ребенка – это тревога, связанная со сменой обстановки. Из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама всегда рядом и в любой момент окажет помощь, он перемещается в незнакомое пространство, где её нет. Встречает доброжелательных, но совершенно незнакомых ему людей, поэтому ребёнку сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. К тому же личный режим ребёнка нарушается. Все эти факторы могут спровоцировать истерику, нежелание идти в детский сад, а так же, простудные заболевания.  Вторая причина – отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет ребёнку пребывание в детском саду.  Третья причина – переизбыток впечатлений. Малыши испытывают много позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и в следствии этого - нервничать, плакать и капризничать.  Как же помочь ребенку быстрее пройти процесс адаптации?    Памятка для родителей.    1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.  2. Узнайте распорядок дня в группе и приблизьте режим ребенка дома к распорядку дня в группе.  3. Обсудите в семье с ребенком, что положительного есть в детском саду (новые товарищи, много игрушек и т. д.) .  4. Узнайте, быть может в этот сад, ходят дети ваших соседей или знакомых. Адаптация пройдет легче, если в группе у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе. Посетите детский сад, в то время, когда дети на прогулке и познакомьте своего малыша с воспитательницей и с детьми.  5. Учите ребенка дома всем навыкам самообслуживания.  6. Готовьте вашего ребенка к временной разлуке с вами и дайте ему понять, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.  7. Повысьте роль закаливающих мероприятий.  8. Не отдавайте ребенка в разгаре кризиса трех лет  9. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.  10. Если вы заметили, что у вашего ребенка проблемы с адаптацией, то попробуйте поговорить с воспитателем о том, что вашему ребенку нужно постоянное внимание и поддержка с его стороны, т. к. другие дети склонны дразнить и обижать более слабых и зависимых. При этом, конечно, излишняя требовательность и принципиальность воспитателя будет серьезным тормозом.    К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:  - самостоятельно садиться на стул;  - самостоятельно пить из чашки;  - пользоваться ложкой;  - активно участвовать в одевании, умывании.  И в заключении хочется пожелать вам успехов в воспитании ваших малышей.  Любите их просто за то, что они у вас есть. Удачи вам! |