

Консультация для родителей первой младшей группы «Адаптация ребенка к детскому саду»

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период.

Адаптация – от латинского «приспособляю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций расстройством сна, аппетита.

Адаптационный процесс может иметь разную степень тяжести на различных этапах.

Легкая адаптация: ребенок в норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первых 2-3 недель посещения сада.

Средняя: сдвиги в поведении нормализуются в течение месяца, ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса.

Тяжелая адаптация: ребенок часто болеет, теряет полученные навыки, может наступить, как физическое, так и психическое истощение организма. исходит в начальные период адаптации.

Психика маленьких детей очень неустойчива.

Родителям важно в период адаптации быть внимательными к поведению и физическому здоровью ребенка, сообщать о резких изменениях и обращаться за консультациями к специалисту в случае тяжелой адаптации, которая длится более 32 дней.

Рекомендации родителям по подготовке ребёнка к посещению детского сада:

- убедитесь в том, что детский сад в данный период необходим для вашей семьи. Ребёнок всё чувствует, и легче привыкают, как правило, дети, у родителей которых нет альтернативы.
- приучайте ребёнка к режиму детского сада, предварительно уточнив его в дошкольном учреждении.
- учите ребёнка самостоятельно кушать, одеваться, пользоваться носовым платком и горшком.
- расскажите ребёнку о детском садике. Сходите на участок и посмотрите, а по возможности и поучаствуйте в играх детей примерно возраста вашего ребёнка.

-учите ребёнка играть, не мешая другим детям, не обижая их и не отбирая у них игрушки.

-учите обращаться с просьбой к взрослому.

-в присутствии ребёнка не высказываете своих опасений по поводу того, как он привыкнет к детскому саду.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями:

- Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.

- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.

- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.

- Принесите в группу свою фотографию.

-Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке.)

- Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.

- После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры.

- Устройте семейный праздник вечером.

- Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.

- Будьте терпеливы.

Объективными показателями окончания периода адаптации являются:

-Спокойный, продолжительный сон.

-Хороший аппетит.

-Бодрое эмоциональное состояние.

-Ребенок легко идет на контакт с взрослыми.

-Ребенок ищет общения со сверстниками.

-Проявляет интерес к окружающему.

-Осваивает все пространство групповой комнаты, участка, не боясь удаляться от взрослых.

-У ребенка полное восстановление имеющихся привычек и навыков.

-Активное поведение.

-Соответствующая возрастная прибавка в весе.