

«Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»

Поступление в дошкольное образовательное учреждение важный этап в жизни ребёнка, который изменяет почти все условия жизни малыша: режим дня, длительное отсутствие родителей, новые требования к поведению ребёнка, постоянный контакт со сверстниками, незнакомое помещение, другой стиль общения. Все эти изменения создают для ребёнка стрессовую ситуацию и обрушиваются на него одновременно. Капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни – с такими трудностями сталкиваются родители малыша в связи с тем, что он переходит из семейной среды в среду дошкольного учреждения.

Ребёнку необходимо адаптироваться к условиям дошкольного учреждения. Адаптация — это приспособление организма к новой обстановке.

Привыкание к садику должно происходить постепенно: сначала оставляете ребенка в детском саду на час - два, потом до обеда или до тихого часа, затем, на целый день.

Начав посещать садик, ребёнок должен уяснить, что посещать дошкольное учреждение необходимо каждый будний день. В течение 1-2 месяцев малыш привыкает к тому, что ему постоянно нужно посещать детский сад.

Во время периода адаптации, не следует наказывать малыша за его капризы, необходимо как чаще обнимать ребёнка и говорить, как вы его любите. Забирая малыша из детского сада домой, не нужно сразу бросаться выполнять

домашние дела. Следует побыть с ребёнком вдвоем, поиграть или почитать вместе.



logopst.ucoz.com

Виды адаптации.

Каждый ребёнок переживает период адаптации индивидуально. Некоторые малыши привыкают к новому режиму за пару недель и при этом отлично себя чувствуют, их аппетит в течение всего периода адаптации сохраняется. Другие малыши тяжело переносят адаптацию, они находятся в подавленном состоянии, при этом аппетит отсутствует. Плохой аппетит у таких малышей может быть и в домашних условиях.

Выделяют три степени тяжести адаптации ребенка к садiku: легкая, средняя, и тяжелая. При установлении степени

тяжести адаптации ребёнка к условиям дошкольного учреждения рассматривают сон, аппетит и эмоции малыша.

Период длительности адаптации зависит от уровня развития малыша, его умения общаться. Адаптационный период может продолжаться от нескольких дней до нескольких месяцев.

Завершение периода адаптации.

Период адаптации можно считать законченным в том случае, когда у ребёнка нормализовался аппетит; малыш быстро засыпает и вовремя просыпается, играет.

Воспитатели и родители малыша совместными усилиями должны помочь ребенку войти в жизнь дошкольного учреждения. Для этого необходима подготовительная работа в семье. Единые требования к поведению ребенка в дошкольном учреждении и в семье составляют важное условие, способное облегчить адаптационный период.



«Адаптация ребёнка к условиям детского сада»

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. Наиболее сложная перестройка организма происходит в начальный период адаптации, который может затянуться и перейти в дезадаптацию, что и приведет к нарушению здоровья, поведения, психики ребенка.

Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма.

Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Возраст.
2. Состояние здоровья
3. Уровень развития.
4. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
5. Сформированность предметной и игровой деятельности.
6. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОО

1. По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.
 2. Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в игру.
 3. Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки, попрыгаем как зайчики».
 4. Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.
 5. Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить в детский сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребенка от себя.
 6. Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.
- К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь;

- ✓ - самостоятельно садиться на стул;
- ✓ - самостоятельно пить из чашки;
- ✓ - пользоваться ложкой;
- ✓ - активно участвовать в одевании, умывании.
- ✓ Наглядным примером выступают, прежде всего, сами родители.
- ✓ Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны.
- ✓ Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный.
- ✓ Если ребенок не желает выполнять просьбы, вызвал у вас отрицательное переживания, сообщите ему о своих чувствах: мне не нравится, когда дети хнычут; я огорчена; мне трудно.
- ✓ Нужно соразмерять собственные ожидания с индивидуальными возможностями ребенка.
- ✓ Важно также постоянно поощрять ребенка, давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения просьбы.
- ✓ Планируйте свое время так, чтобы в первые 2-4 недели посещения ребенка детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день. А в первые дни вам необходимо находиться рядом с телефоном и недалеко от территории детского сада.
- ✓ В период адаптации важно предупреждать возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей.
- ✓ Для этого не посещайте людные места, не принимайте дома шумные компании, не перегружайте ребенка новой информацией, поддерживайте дома спокойную обстановку.
- ✓ Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие взрослые, дети, обстановка, пища – очень хотелось бы, чтобы воспитатели к моменту прихода нового ребенка в группу знали как можно больше о его привычках и старались по возможности создать хоть некоторые условия, схожие с домашними (например, посидеть с ребенком перед сном на кровати, попросить убрать игрушки, предложить поиграть в лото.)
- ✓ Скорее всего, ваш ребенок прекрасно справится с изменениями в жизни. Задача родителей-быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.
- ✓ Радоваться при встрече с ребенком, говорить приветливые фразы: я по тебе соскучилась; мне хорошо с тобой. Обнимайте ребенка как можно чаще.
- ✓ Условия уверенности и спокойствия ребенка – это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е, четкое соблюдение режима.
- ✓ Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО
- ✓ 1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
- ✓ 2. Наличие у ребенка своеобразных привычек.
- ✓ 3. Неумение занять себя игрушкой.
- ✓ 4. Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
- ✓ 5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми. Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Им свойственно быстро заражаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться вами при подготовке ребенка в детский сад.

Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в детском саду ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОУ

1. По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.

2. Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в игру.

3. Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки, попрыгаем как зайчики».

4. Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.

5. Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить в детский сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребенка от себя.

6. Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь;

- самостоятельно садиться на стул;

- самостоятельно пить из чашки;

- пользоваться ложкой;

- активно участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером выступают, прежде всего, сами родители.

Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны.

Тон, которым сообщается требование, выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.

2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.

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

4. Принесите в группу свою фотографию.

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

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

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

8. Устройте семейный праздник вечером.

9. Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.

10. Будьте терпеливы.

Что делать, если...

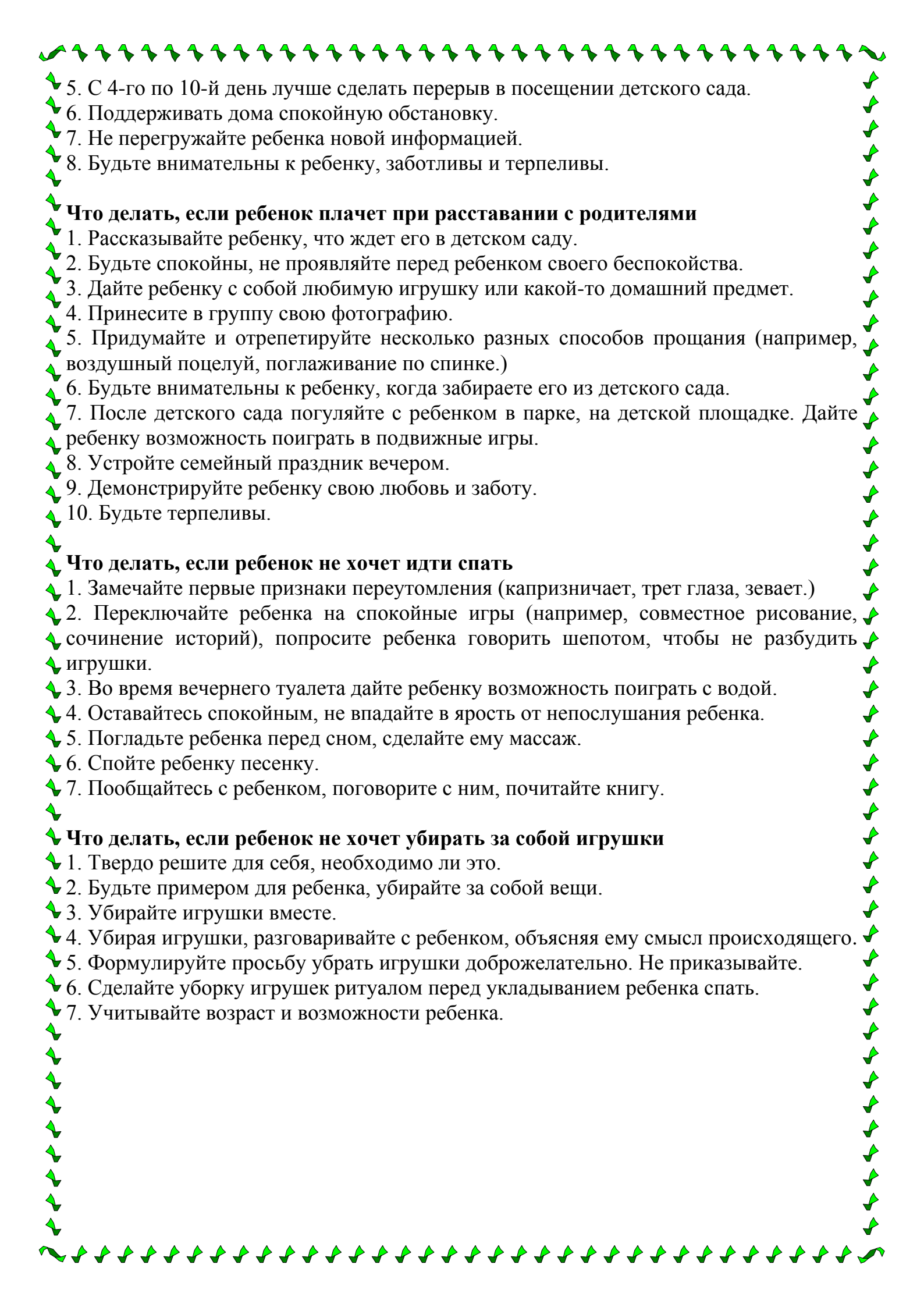
Что делать, если ребенок начал ходить в детский сад

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада

2. Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.

3. Не оставляйте ребенка в саду более чем на 8 часов.

4. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.

- 
5. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
 6. Поддерживать дома спокойную обстановку.
 7. Не перегружайте ребенка новой информацией.
 8. Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.
2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.
3. Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.
4. Принесите в группу свою фотографию.
5. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке.)
6. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.
7. После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры.
8. Устройте семейный праздник вечером.
9. Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.
10. Будьте терпеливы.

Что делать, если ребенок не хочет идти спать

1. Замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает.)
2. Переключайте ребенка на спокойные игры (например, совместное рисование, сочинение историй), попросите ребенка говорить шепотом, чтобы не разбудить игрушки.
3. Во время вечернего туалета дайте ребенку возможность поиграть с водой.
4. Оставайтесь спокойным, не впадайте в ярость от непослушания ребенка.
5. Погладьте ребенка перед сном, сделайте ему массаж.
6. Спойте ребенку песенку.
7. Пообщайтесь с ребенком, поговорите с ним, почитайте книгу.

Что делать, если ребенок не хочет убирать за собой игрушки

1. Твердо решите для себя, необходимо ли это.
2. Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи.
3. Убирайте игрушки вместе.
4. Убирая игрушки, разговаривайте с ребенком, объясняя ему смысл происходящего.
5. Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.
6. Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием ребенка спать.
7. Учитывайте возраст и возможности ребенка.