

МАДОУ «Детский сад №1 «Солнышко»

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ТЕМА: "АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ"

Адаптация ребенка раннего возраста к детскому саду

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период. «Адаптация» - от лат. «приспосаблию». Это серьезное испытание для малышей: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия. Меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая ребенка среда, появляется большое количество незнакомых людей. Приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Процесс привыкания ребенка к детскому саду сугубо индивидуальный.



Есть три степени адаптации ребенка к детскому саду: легкая, средняя, тяжелая.

Степени адаптации ребенка к детскому саду.

От чего же зависит характер и длительность адаптационного периода? Исследования педагогов, медиков показывают, что характер адаптации зависит от следующих факторов:

- **возраст** ребенка

Труднее адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 11 месяцев до 2-х лет. После двух лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту они становятся более любознательными, хорошо понимают речь взрослого, у них более богатый опыт поведения в разных условиях.

- **состояния здоровья и уровня развития ребенка.** Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.

- **сформированности предметной деятельности.**

Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.

- **условий жизни в семье.**

Это создание режима дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями, формирование у детей умений и навыков, а также личностных качеств.

- **индивидуальных особенностей.**

Дети одного и того же возраста по-разному ведут себя в первые дни пребывания в саду. Одни дети плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого реагирует бурным протестом. Но проходит несколько дней, и поведение ребенка меняется: аппетит, сон восстанавливаются, ребенок с интересом следит за игрой товарищей. Другие, наоборот, в первый день внешне спокойны. Без возражения выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с

родителями, плохо едят, спят, не принимают участия в играх. Такое поведение может продолжаться несколько недель.

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

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании, умывании.

Должен быть опыт общения с незнакомыми людьми.

Должен быть приучен к горшку.

ПАМПЕРСЫ НЕДОПУСТИМЫ!

Отучен от грудного вскармливания.



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). Скорее всего, ваш ребенок прекрасно справится с изменениями в жизни.

Задача родителей – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.



Подведем итог:

- приведите домашний режим в соответствии с режимом группы;
- познакомьтесь с меню дошкольного учреждения и введите в рацион питания малыша новые для него блюда;
- приучите ребенка к горшку;
- отучите ребенка от кормления грудью;

- *посещайте детские площадки, ходите в гости к товарищу по играм в песочнице, оставляйте ребенка ночевать у бабушки;*
- *приучайте ребенка к самостоятельности при самообслуживании;*
- *чаще рассказывайте ребенку о том, как хорошо в детском саду, как там интересно, сколько там разных игрушек и т.д.;*
- *не угрожайте ребенку детским садом как наказанием за непослушание;*
- *необходимо заранее запланировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была возможность оставлять его там не на целый день.*

Будьте терпеливы и мудры!

Памятка для родителей при поступлении ребёнка в детский сад

Здравствуй, малыш!

Уважаемые родители!

В жизни Вашей семьи произошло важное событие: ваш малыш идёт в детский сад! Поздравляем!

Все волнения по поводу выбора детского сада, получения путёвки уже позади. Но встаёт вопрос, как же Ваш такой маленький ребёнок привыкнет к новой для него обстановке? Как облегчить ему этот период?

Отрыв от дома, родных, встреча с новыми взрослыми и детьми могут стать серьезным стрессовым фактором. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким.

Продолжительность адаптационного периода индивидуальна. Привыкание к ДООУ это еще и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребёнка, помогать ему преодолевать трудности.

В нашем детском саду дети получают физическое и музыкальное развитие, действуют с дидактическим и строительным материалом, знакомятся с окружающим миром, расширяют пассивный словарь и совершенствуют активную речь.

ВНИМАНИЕ!

Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребёнка на наличие опасных предметов (острые, режущие, стеклянные, мелкие предметы, таблетки, леденцы, жвачку...).

Ребёнок, не посещающий детский сад более пяти дней, должен иметь справку от врача.

К моменту посещения детского сада Ваш ребёнок должен быть отучен от груди, соски, бутылочки и памперса.

Для создания комфортных условий пребывания ребёнка в ДОО необходимо:

- не менее трёх комплектов сменного белья (мальчикам – трусики, колготки, шортики; девочкам – трусики, колготки). В тёплое время – носочки или гольфики).
 - достаточное количество носовых платков (носовой платок необходим ребёнку и на прогулке: пожалуйста, положите платок в карман верхней одежды).
 - пакет для использованного белья.
 - всю одежду необходимо промаркировать (написать имя полностью).
 - опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
 - умытое лицо;
 - чистый нос, руки, подстриженные ногти;
 - подстриженные и тщательно расчесанные волосы (если у девочек длинные волосы, то необходимо собрать их);
 - чистое нижнее белье;
 - одежда должна соответствовать размеру (не слишком велика и тем более маловата);
 - завязки и застёжки на одежде должны быть расположены так, чтобы ребёнок мог сам себя обслужить;
 - нежелательно ношение комбинезонов (это мешает формированию самостоятельных культурно-гигиенических навыков);
 - обувь должна быть легкой, соответствовать ноге ребёнка, легко сниматься и надеваться, имеет фиксированную пятку, невысокий каблук, желательно на застёжке.
- Адаптация** – это сложный процесс приспособления

организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социально- психологическом.

Чтобы первые недели пребывания в детском саду прошли по возможности без стрессовых ситуаций примите к сведению следующие рекомендации:

- рассказывайте ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети;
- постарайтесь наладить правильный распорядок дня (приблизите его к режиму детского сада).
- заранее познакомьтесь с режимом детского сада и максимально приблизьте к нему условия воспитания в семье (более ранний подъем, время дневного сна и приёма пищи...)
- заранее прививайте ребёнку необходимые навыки самообслуживания;
- заблаговременно сделайте необходимые прививки;
- постарайтесь избавить ребёнка от вредных привычек (сосание пальцев и грызение ногтей, приём пищи из бутылочки, постоянное сосание пустышки, сон с обязательным укачиванием);
- в первые дни ребёнок остается в детском саду на 1-2 часа, затем его пребывание доводится до полного дня в течение 2-3-х недель;
- желательно дать ребёнку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад;
- если ребёнку и маме очень тяжело расставаться, тогда отводить ребёнка в садик может отец или кто-то еще из близких;
- заранее познакомьтесь с воспитателями группы, расскажите об индивидуальных особенностях Вашего ребёнка;
- никогда не пугайте ребёнка садиком;
- не затягивайте момент расставания с ребёнком в детском саду, но и не уходите тайком (заранее придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания: воздушный поцелуй, поглаживание по спинке...);
- поддерживайте дома спокойную обстановку;
- не перегружайте ребёнка новой информацией, не посещайте многолюдные места и не принимайте дома шумные компании;
- не проявляйте перед ребёнком своего волнения и

беспокойства;

- будьте терпеливы;
- демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу.

Скорее всего, если вы постараетесь выполнить все эти условия, то Ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни. Задача родителей в это время быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

—

Типичные ошибки родителей (в период адаптации ребёнка к ДОУ)

В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДОУ, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

Обвинение и наказание ребёнка за слёзы.

1. Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на ДОУ (помните, что для малыша – это первый социальный опыт, плаксивость, некоторая истеричность в период адаптации к ДОУ нормальна).

Ранний выход на работу (когда Ваша первая рабочая неделя после декрета совпадает с первой неделей пребывания ребенка в детском саду). Помните и о возможных частых заболеваниях ребёнка на начальном периоде посещения ДОУ.

Пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности (не думайте об общественном мнении, когда Ваш ребёнок кричит в раздевалке по утрам, чрез это проходят все родители, и это вовсе не значит, что вы недостаточно хороши в роли «мамы» или «папы»).

Пониженное внимание к ребёнку (довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу). Наоборот, как можно больше времени проводите с ребёнком в период адаптации.

В первый год посещения детского сада мы не рекомендуем записывать ребенка на дополнительные занятия, кружки или секции.

Удачи! Мы рядом с Вами! У нас всё получится!