

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ



Pedsovet.ru

СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
И НЕ ТОЛЬКО



ДЕТИ ПРИВЫКАЮТ К ДЕТСКОМУ САДУ ПО-РАЗНОМУ:

кто-то с первых дней ходит
в детсад с радостью,
а кто-то не может успокоиться
целый день и родителей вечером
встречает с плачем.

Чаще всего у 2-3-х летних
малышей расставание с мамой
сопровождается слезами, а потом
они отвлекаются на игрушки и
успокаиваются.
И ЭТО НОРМАЛЬНО.



Пройдет время, и адаптационный
период завершится.

Вот только длительность этого
периода у каждого ребенка своя.

ВЫДЕЛЯЮТ 3 ФАЗЫ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА



ЛЕГКАЯ

Длится от 1 до 16 дней



СРЕДНЯЯ

Длится от 16 до 32 дней



ТЯЖЕЛАЯ

Может длиться до 64 дней



ПРИЧИНЫ, ПОЧЕМУ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ПРИВЫКНУТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ



Чтобы мамам и папам было легче расставаться со своими дочками и сыночками по утрам, рассмотрим причины, по которым дети плачут.
УСТРАНИТЕ ИХ – СЛЕЗЫ ИСЧЕЗНУТ

РЕБЕНОК НЕ ПОДГОТОВЛЕН К ПОСЕЩЕНИЮ ДЕТСКОГО САДА:

- не сформированы культурно-гигиенические навыки;
- он не умеет самостоятельно играть с игрушками;
- режим в семье не совпадает с режимом ДОО.

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Болезненному ребенку адаптироваться в новых условиях тяжелее, чем здоровому.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ:

- сильный токсикоз у мамы в период беременности;
- осложнения при родах;
- болезни в первые три месяца жизни.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПРИЧИНЫ

Некоторые малыши в первый день посещения садика ведут себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинают плакать, другие – наоборот, в первые дни устраивают истерики, а потом их поведение нормализуется.

УСЛОВИЯ ЖИЗНИ В СЕМЬЕ

Если ребенка возили к родственникам, посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке детского сада.

ОГРАНИЧЕННОЕ ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ

Труднее всего адаптируются дети, круг общения которых был сведен к минимуму «мама-бабушка-папа». У таких малышей большое количество детей вызывает страх, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.





КАК ОБЛЕГЧИТЬ ПЕРИОД ПРИВЫКАНИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

СОБЛЮДАЙТЕ САМОЕ ВАЖНОЕ ПРАВИЛО: СПОКОЙНАЯ МАМА – СПОКОЙНЫЙ РЕБЕНОК.

Отдавая ребенка воспитателю, пытайтесь сохранять спокойствие, потому что дети очень хорошо чувствуют эмоциональное состояние. Если мама привела ребенка, раздела и все время оттягивает момент расставания, она дает повод малышу для страха и волнений.

ВРЕМЯ НАХОЖДЕНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ УВЕЛИЧИВАЙТЕ ПОСТЕПЕННО

В период адаптации оставлять ребенка 2-3 лет в детском саду на целый день не рекомендуется. Начать нужно всего лишь с пары часов в день с постепенным увеличением времени пребывания. Одну-две недели малыша нужно забирать после обеда, потом после дневного сна и еще через несколько дней попытаться оставлять уже на целый день.

ПОСЕЩАЙТЕ ДЕТСКИЙ САД РЕГУЛЯРНО

Чтобы ребенок быстрее адаптировался, нужно водить его в детсад каждый день. Только болезнь может стать веской причиной непосещения ДОО.

ПРИДУМАЙТЕ «РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ» С РЕБЕНКОМ

Долгих прощаний не устраивайте, уверенно говорите, когда заберете ребенка домой (после обеда, сна, вечером), целуете в щеку, обнимаете, машете рукой и уходите.

ДАЙТЕ РЕБЕНКУ «ОБЕРЕГ»

Это вещь, которая будет напоминать ему о доме, например, фотографию, мамин шарфик, мягкую игрушку. Можно дать «ключ от дома», без которого, пока не заберете малыша из садика, домой не попадете.

СОЗДАЙТЕ МОТИВАЦИЮ ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА

Нужно посмотреть, как кормят рыбок в саду или соскучилась любимая игрушка и т.д.

СОВЕТ

Настройте себя на расставание заранее, помните, что это неизбежно. Переодели ребенка, поцеловали, пообещали, что обязательно заберете его из детского сада и быстренько ушли – вот правильный алгоритм действий в первые дни.

Никогда не обсуждайте то, что не устраивает вас в детском саду при ребенке.

Если расставание с мамой проходит тяжело, то рекомендуется приобщить папу, бабушку или кого-нибудь из родственников, чтобы они отводили малыша в детсад.





ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ, ЗАТРУДНЯЮЩИЕ АДАПТАЦИЮ РЕБЕНКА



1 | НЕЛЬЗЯ ПУГАТЬ РЕБЕНКА

Часто родители пугают своих детей детсадом:
«Вот не будешь слушаться меня – пойдешь завтра в садик».
Задумайтесь, разве место, которым пугают, способно вызвать позитивные эмоции?



2 | НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ ЗА СЛЕЗЫ ПРИ РАССТАВАНИИ

Никогда не сердитесь на ребенка за то, что он не хочет идти в детсад и плачет.
Это вполне нормальная реакция для детей 2-3 лет.
Лучше поцелуйте, обнимите его и еще разок уверьте, что вы его очень любите и обязательно заберете из детсада.

3 | НЕЛЬЗЯ ОБЕЩАТЬ РЕБЕНКУ ТО, ЧТО ПОТОМ НЕ СМОЖЕТЕ ВЫПОЛНИТЬ

Например, если мама сказала, что заберет сразу после обеда, то она должна так и поступить.
Из-за не выполненного обещания у детей часто случаются истерики. Как же тут не плакать, если мама обещала и не пришла, может, она собирается оставить в садике на ночь?! Так можно навсегда потерять доверие ребенка.
Лучше говорить конкретно, что забрать сможете только вечером и не давать пустых обещаний.

ИГРЫ, ПОМОГАЮЩИЕ БЫСТРЕЕ АДАптиРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

ПОИГРАЙТЕ СО СВОИМИ
ДЕТЬМИ В ТАКИЕ ИГРЫ:



ИГРА – важный вид деятельности для ребенка.

Психологи утверждают, что с помощью простых игр можно значительно облегчить период адаптации к детскому саду.

«ДЕТСКИЙ САД»

Во время игры в детский сад может быть много сюжетных линий:

- «Дети собираются на прогулку».
- «Дети обедают».
- «Дети приходят в детский сад».
- «Дети готовятся к дневному сну».
- «Дети на прогулке».

Роль воспитателя может взять на себя мама или ребенок, а детишками пусть будут игрушки. С помощью игры малыш сможет постичь правила поведения в детском саду, привыкнет к мысли, что там хорошо.

«СОЧИНЯЕМ СКАЗКУ»

Предложите ребенку придумать сказку о том, как его любимая игрушка попала в детский сад, и затем обыграйте ее. Пример сказки: «Жил на свете маленький Зайка. И вот пришло время идти ему в детский сад. Мама Зайчиха отвела Зайку в детский сад, а сама ушла за морковкой. Зайке сначала было страшно, хотелось плакать, но он сдержал слезы, потому что не хотел расстраивать маму. Потом он подружился с воспитателем и детьми. Оказалось, что в садике очень интересно: здесь учат рисовать, лепить фигурки из пластилина, даже есть музыкальные занятия, на которых детки танцуют и поют песенки. День в детском саду прошел быстро, а вечером за Зайчиком пришла мама, увидела, что он не плачет, очень обрадовалась. Вместе они радостные ушли домой».

«ХОРОШО-ПЛОХО»

Родитель называет определенные действия, а ребенок должен определить, хорошо так делать или нет. При положительном ответе он хлопает в ладоши, при отрицательном грозит пальчиком и говорит: «Аяяяй».

Варианты вопросов:

- играть с игрушками в детском саду;
- плакать утром;
- дружить с другими детками;
- стесняться попроситься в туалет;
- самостоятельно кушать суп;
- мешать деткам спать во время дневного сна;
- делать утром зарядку и т.д.

СОВЕТ

Старайтесь приходить за ребенком раньше, чтобы он не оставался одним из последних в группе, поддерживайте его во всем, хвалите за маленькие достижения, чаще улыбайтесь, сохраняйте спокойствие и скоро вы заметите, что ребенок начал ходить в детский сад с удовольствием.