Адаптация ребенка в детском саду

Рекомендации родителям

Педагог-психолог Анфиногентова А.В

СП ГБОУ СОШ №8 им. С.П.Алексеева детский сад №4

г.о. Отрадный Самарской области

Понятие «адаптация» означает привыкание человека к новым изменившимся условиям жизни. Именно этот процесс происходит, когда малыша буквально выдергивают домашней обстановки и отдают в детсад. Есть несколько видов привыкания и с каждым из них маленький человек должен справиться сам.

Физиологическая адаптация. Это приспособление организма ребенка к другому режиму дня, который нельзя нарушать, другой еде, постоянным атакам на иммунитет (например, пришел в садик кто-то с кашлем, а на другой день болеет уже вся группа).
Психологическая адаптация. Первое время многие дети не могут понять, почему каждое утро им нужно идти в детсад и расставаться с родителями. Многим малышам кажется, что родители перестали их любить, поэтому отдали на воспитание другим людям. На фоне таких мыслей у некоторых возникает боязнь, что их не заберут сегодня и они останутся в темном пустом помещении одни. Такие тяжелые мысли могут спровоцировать различные реакции, в частности плач и нежелание посещать ДОУ.
Социальная адаптация. Для коммуникабельных и общительных детей этот вид адаптации может пойти в плюс, так как играя и развлекаясь со сверстниками они не испытывают чувства одиночества. Но большинство детей первое время теряются, когда видят такое количество ровесников одновременно.

Организация адаптации к детскому саду
Чтобы максимально адаптировать ребенка, необходимо соблюдать ряд рекомендаций, в частности научить малыша:

- пользоваться столовыми приборами;
- проситься в туалет;
- кушать разную еду;
- стараться четко выражать свои мысли;
- слушаться взрослых;
- мыть руки после улицы и перед едой;
- отказаться от соски;
- общаться и играть со сверстниками;
- уметь засыпать самому.
-

Рекомендации по адаптации ребенка в детском саду.

1. В первое время лучше, если ребенок будет находиться в детском саду не более трех часов в день.
2. Разрешайте ребенку взять с собой любимые игрушки: так он будет чувствовать связь с домом.
3. Пусть в сад отводит не кто- нибудь из родителей, а кто-то из членов семьи. Тогда момент оставления в группе пройдет не так остро.

4. Интересуйтесь, каким был у него день, что интересного случилось в группе.
5. Уходя прощайтесь легко и быстро. Долгое прощание с обеспокоенным выражением лица вызовет у вашего ребенка тревогу.
6. Расставаясь, не забудьте заверить ребенка, в том, что непременно вернетесь за ним, говорите ему, что вы его любите.
7. Расскажите, что в саду он сможет приобрести новых друзей.
8. Сформулируйте у ребенка положительное отношение к детскому саду. Расскажите что там, играют, кушают, читают сказки.