

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОЗДАНИЮ БЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЙ ДЛЯ АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

Подготовил:
Воспитатель
МБДОУ ДС № 48 «Одуванчик»
г. Светлоград
Бронникова С.Ю

Каждый ребенок, отправляясь в детский сад, проходит период адаптации.

Адаптация детей к условиям ДОУ – это привыкание к качественно новым условиям: к общению с незнакомыми детьми и взрослыми, к иному распорядку дня, к отсутствию рядом родителей и т.д. Каждому малышу необходимо время, чтобы принять эти условия.

Адаптация у всех проходит по-разному – одни дети привыкают к садику за 2-3 недели, у других на это может уйти пара месяцев или больше. Процесс требует от малыша непривычно больших затрат эмоциональных ресурсов, а от воспитателей и родителей – терпения и понимания. Адаптация ребенка к условиям ДОУ обязательна, так как в этом процессе малыш социализируется и учится следовать распоряжениям нянечек и воспитателей – обретает важные навыки, без которых в дальнейшем ему будет очень трудно находиться в коллективе.

Как проявляется адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ?

В период привыкания к садику малыши часто демонстрируют настолько непривычное поведение, что оно пугает родителей. Однако, эти особенности типичны для каждого воспитанника-новичка и вызваны психическим напряжением, которое постепенно исчезает.

Особенности адаптации детей к условиям ДОУ включают следующие проявления:

1. Эмоции. Малыш явно демонстрирует, что новая обстановка ему не по душе – хнычет, часто плачет, нередко злится или становится заторможенным. В основе этих реакций – страх остаться одному, страх, что родители его бросили.

2. Взаимодействие с другими детьми и с воспитателями. Обычно в первые дни в детском саду ребенок плохо идет на контакт. Во многом это связано с тем, что малыши 2-3 лет пока не умеют включаться в совместные игры; в основном, они играют рядом друг с другом, но каждый в свою игру. Об успешной адаптации свидетельствуют охотные отклики на просьбы воспитателя и желание находиться поблизости от сверстников.

3. Изменение навыков. Адаптация детей дошкольного возраста к ДОУ часто вызывает «откат» – ребенок на время забывает, как кушать ложкой, как правильно садиться на горшок и т.д. Успешная адаптация помогает ему быстро восстановить забытое.

4. Изменения в речи. Некоторые дети во время адаптации перестают использовать ранее выученные слова, их словарный запас скудеет. Постепенное его восстановление говорит в пользу нормального привыкания к ДОУ.

5. Сон, особенно дневной – пожалуй, самое яркое проявление тревожности при адаптации. Дети плохо спят, часто плачут, вскакивают. Днем их становится невозможно уложить, ночью они беспокойны. По окончании адаптации сон нормализуется.

6. **Аппетит.** Снижение аппетита обычно обусловлено непривычной пищей, которую малыш вынужден есть в садике. Восстановление аппетита – признак привыкания ребенка, даже если поначалу он съедает не всю порцию.

Степени адаптации ребенка к ДОО

Время адаптации ребенка в детском саду зависит от многих факторов. Обычно мальчики переносят адаптацию несколько хуже, потому что мальчик 3-5 лет сильнее привязан к матери. Педагоги и психологи выделяют три степени адаптации:

1. Легкая

В этом случае поведение и самочувствие малыша нормализуются в течение месяца. Он быстро привыкает к сверстникам и воспитателям, становится спокойным и позитивно настроенным.

2. Средняя

Эта степень требует от 20 до 40 дней. Эмоции малыша в это время нестабильны, он часто раздражается. Однако при должной поддержке родителей ребенок успешно проходит адаптацию.

3. Тяжелая

Тяжелая адаптация ребенка к условиям детского сада приводит к развитию серьезных заболеваний, что связано с ослаблением иммунитета. Малыш становится раздражительным и агрессивным, демонстрирует протест против пребывания в садике, часто кричит и плачет. Тихие дети могут стать сильно заторможенными, они выглядят подавленными и напряженными, а их подчинение просьбам воспитателя – пассивным. Тяжелая адаптация может длиться до 3 месяцев. Если и по истечении этого периода ребенок не привык к дошкольному учреждению, необходима помощь психолога.

Тяжело протекающий период адаптации ребенка к детскому саду обычно связан с одним из следующих факторов:

- полное несовпадение привычного режима с режимом ДОО;
- отсутствие у малыша навыков гигиены;
- отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми;
- неспособность занять себя игрой;
- наличие своеобразных привычек или особенностей развития, а также хронических заболеваний.

Условия успешной адаптации детей к ДОО

Специалисты выделяют условия, при которых детям проще пройти адаптацию. Так, легче привыкают к садiku те дети, которых родители начали заранее готовить к посещению дошкольного учреждения. Проще адаптироваться физически здоровым, самостоятельным малышам – под «самостоятельностью» здесь понимается умение хотя бы частично одеваться, соблюдать навыки гигиены, кушать ложкой. Очень большое значение имеет режим. Если хотя бы за месяц до поступления в садик родители меняют режим так, чтобы он совпадал с режимом ДОО, то ребенку будет проще привыкнуть.

Адаптация ребенка к ДОО – рекомендации родителям и педагогам

Чтобы адаптация ребенка в детском саду проходила как можно легче, родители и воспитатели должны ему помочь. Основная задача родителей – создать для него бережную обстановку, убедить в безопасности и в том, что мама с папой всегда рядом, любят его и обязательно вернутся за ним.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 48 «Одуванчик» г. Светлоград

В период привыкания важно не перегружать ребенка. Дома его должна окружать спокойная атмосфера. Очень важно чаще хвалить и обнимать малыша, а вот к капризам относиться более терпимо. По возможности, в выходные дни надо соблюдать тот же режим, который установлен в ДОУ.

Обязательно нужно говорить с ребенком о садике – например, придумывать сказки о том, как персонаж отправился в садик впервые, как ему было страшно, но потом он подружился с другими малышами, а вечером за ним пришла любящая мама.

Адаптация детей к ДОУ для воспитателей означает, что им стоит поощрять любую познавательную активность малыша, стараться расширить круг его общения, побуждать знакомиться с другими детьми, но ни в коем случае не принуждать и не давить. Воспитатели должны помогать детям обращаться с игрушками, последовательно и доступно отвечать на все вопросы малышей, быть внимательными. Это укрепляет в детях уверенность в безопасности и облегчает адаптацию.