

Дорогие родители!

Адаптация – от латинского Adaptatio – «приспосаблию». Социально-психологическая адаптация представляет собой приспособление личности к социальной среде. Целью любой адаптации является устранение либо ослабление разрушающего действия факторов среды («Педагогический энциклопедический словарь» под ред. Б.М.Бим-Бада).

С большой ответственностью нужно подходить к выбору дошкольного учреждения. Для маленького ребёнка в период адаптации очень важна территориальная близость детского сада к дому, потому что дальняя дорога отнимает очень много физических и эмоциональных сил.

В настоящее время в нашем ДОО накоплен большой опыт приёма малышей и облегчение привыкания в новых условиях. Во-первых, прежде чем пойти в детский сад родители должны заранее многому научить своего ребёнка: самостоятельно кушать, садиться на горшок (исключение памперсов из жизни ребёнка), одеваться и раздеваться, мыть руки.

Важным этапом подготовки к детскому саду является соблюдение режима, установленного в дошкольном учреждении. Необходимо заранее встретиться с воспитателем вашего малыша, который расскажет все правила поведения и посещения детского сада. Не стесняйтесь рассказывать педагогам про вашего ребёнка, его особенности поведения и характера. Обязательно скажите воспитателю, как Вы зовёте малыша дома, чем он любит заниматься, что он любит кушать, как он укладывается спать, чего боится. Тесное общение воспитателей и родителей приводит к комфортному пребыванию ребёнка в детском саду в период адаптации.

Детей пугает неизвестность, поэтому нужно заранее рассказать Вашему сыну или дочке, что такое детский сад, почему Вы хотите, чтобы он туда пошёл, зачем туда ходят дети. Чем подробнее будет Ваш рассказ, тем спокойнее и увереннее будет ребёнок. Например: «Петенька, в садике детки вместе играют, поют песни, много гуляют, слушают интересные сказки. А какая вкусная в садике каша!...» Создавайте доброе, радостное настроение, говоря о детском саду. Рассказывайте ему как это здорово входить во «взрослую жизнь», каким он стал большим. Родители должны быть спокойны при разговоре о детском саду. Никогда не обсуждайте при ребёнке проблемы и трудности связанные с дошкольным учреждением, а также не нужно пугать детей детским садом за непослушание и другие детские проступки.

Прежде, чем оставить ребенка в детском саду, придите накануне вместе с ним для того, чтобы ребёнок вместе с мамой (папой) обследовал все помещения и уголки группы и, впоследствии, не пугался незнакомых вещей.

Я рекомендую Вам в первое время не оставлять ребенка на целый день, а постепенно увеличивать время пребывания в детском саду. Для начала Вы приводите ребёнка на 1 час, с каждым днём время пребывания увеличивается.

Создайте с ребёнком собственную систему знаков при расставании: поцеловать своего малыша в одну щёчку, в другую, в носик, помахать ручкой, пожелать хорошего дня. Не затягивайте прощание с ребёнком. Обязательно скажите, что Вы скоро придёте. При встрече спросите, как прошёл день, похвалите его, поцелуйте. Не пугайтесь, если малыш встречает Вас слезами. Это не означает, что ему плохо в группе, просто маленькому человечку нужно передать свои переживания и получить порцию нежности от Вас.

Возможно, ребёнок захочет взять с собой какую-нибудь свою игрушку, напоминающую ему о доме. Это будет его успокаивать в новой обстановке в ожидании родителей.

В период адаптации необходимо уменьшить нагрузку на нервную систему: исключите посещение театров, цирка, гостей и другие многолюдные места. Побудьте вместе, обязательно говорите ребёнку, о том, как Вы его любите, как он Вам дорог.

Желательно в первое время подписывать вещи детей даже простой шариковой ручкой, во избежание путаницы с одеждой. При одевании ребёнка будет исключена возможная ситуация одеть не свою одежду. Ребёнок не будет нервничать, увидев свою кофточку на чужом малыше.

Малыши, которые только что поступили в детский сад, особенно подвержены заболеваниям. Причиной этому служат стресс, связанный с новой обстановкой, расставание с родителями, а также неблагоприятная бактериальная среда. В связи с этим родители, готовя детей к поступлению в детское учреждение должны особое внимание уделять закаливающим процедурам и витаминам.

Полное привыкание ребёнка к детскому саду возможно через 2-3 месяца, в некоторых случаях через 6 месяцев. Когда ребёнок с удовольствием и с радостью будет ходить в детский сад, у него будет хороший аппетит и крепкий дневной сон, и через некоторое время Вы с удивлением, а потом и с гордостью начнёте отмечать, что малыш стал гораздо самостоятельней, разговорчивей и взрослей.

С уважением, воспитатель группы «Медвежата» Николаева С.А.