

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №248»
(МБДОУ «Детский сад №248»)

Тема: «Адаптация ребенка в детском саду»

Выполнили:
воспитатели
Е.В Савченко
Н.О Половникова

Барнаул

«Адаптация ребёнка к детскому саду»

Адаптация ребенка к детскому саду – это волнительный момент, как для родителей, так и для самого малыша. Не все дети легко адаптируются к новым условиям. О том, как облегчить привыкание ребенка к детскому саду и помочь ему влиться в коллектив сверстников, мы расскажем в сегодняшней статье.



Степени адаптации

Легкая степень адаптации (до 1 месяца) обычно свойственна физически здоровым, коммуникабельным детям с высокой психологической устойчивостью. О том, что адаптация проходит легко можно судить по нескольким признакам:

- Ребенок с радостью идет в детский сад и заходит в группу;
- Налажен контакт с воспитателем;
- Малыш играет с другими детьми;
- Нет негативных эмоций при выполнении режимных моментов (прием пищи, прогулки, занятия, сон);
- Общий эмоциональный фон стабильно положительный.

В целом, в ходе адаптации у малыша может снижаться аппетит, ухудшаться сон, наблюдается болезненность, плаксивость и капризность. Это нормально, ведь организм ребенка испытывает стресс и мобилизует все силы на то, чтобы справиться с ним.

Средняя степень адаптации (1 – 2 месяца) характеризуется тем, что ребенок при посещении сада не испытывает серьезных трудностей. Эмоциональные всплески ситуативны и кратковременны. Может отмечаться снижение иммунитета. Особенности проявления адаптации средней степени:

- Тяжелое расставание с мамой (или другим значимым взрослым) перед заходом в группу;
- Снижение активности, ухудшение речи и временное исчезновение навыков;
- Малыш некоторое время после ухода мамы плачет, не контактирует с окружающими;
- Однако напряжение быстро сходит на нет, ребенок начинает обращать внимание на игрушки, сверстников, воспитателя, включается в общую деятельность;
- Большинство режимных моментов не вызывают трудностей.

Тяжелая степень адаптации (2-6 месяцев) сопровождается частыми болезнями, капризами и истериками, подавленным эмоциональным состоянием малыша в течение большинства времени пребывания в детском саду. Напряжение ребенка может быть настолько сильным, что отражается на его поведении дома и взаимоотношениях с родителями. К признакам тяжелой адаптации также относят следующее:

- Ребенок систематически не хочет идти в сад;
- Малыш пугается и не доверяет воспитателю;
- В группе он не отвлекается на игры и постоянно находится в напряжении;
- Отсутствие контакта со сверстниками;
- Агрессия по отношению к другим детям.

Как подготовить малыша к детскому саду?



Чтобы облегчить процесс адаптации, родителям стоит заранее начать готовить малыша к новому этапу его жизни. Сделать это можно следующими способами:

- Соблюдайте режим дня, который принят в садике (дневной сон, прогулки и т.д.);
- Приучайте к самостоятельности;
- Иногда оставляйте малыша с кем-то из родственников или друзей. Так ребенок поймет, что в отсутствие мамы он тоже находится в безопасности;
- Приобщайте кроху к общению со сверстниками (почаще ходите в гости, гуляйте вместе с другими малышами);
- Разговаривайте с ребенком про садик. Расскажите, как там весело и интересно;
- Играйте в детский сад, придумывайте про него сказки;
- Если Вы заранее знаете, в какую группу попадет Ваш малыш, попросите воспитателя познакомиться с ним на нейтральной территории (например, на детской площадке).

Первые дни малыша в детском саду

На протяжении периода адаптации ребенку приходится особенно нелегко, поэтому родителям в это время очень важно правильно вести себя, поддерживая кроху и хваля его даже за незначительные успехи.



- От того, как относятся к необходимости вести ребенка в сад взрослые, во многом зависит протекание адаптации. Уверенность и спокойствие мамы передается малышу.
- Не исчезайте внезапно и не обманывайте малыша. Иногда родители боятся не справиться с собственными переживаниями при расставании с крохой, поэтому, как только ни о чем не подозревающий ребенок заходит в группу,

они быстро исчезают. Такая неизвестность очень сильно пугает малыша. Приведя ребенка в сад, обязательно скажите, что сейчас Вы уйдете по делам, но скоро обязательно за ним вернетесь. Будьте конкретны и откровенны: например, «Я иду на работу, а ты пока поиграешь с ребятами. После обеда за тобой приду».

- Время пребывания ребенка в детском саду должно увеличиваться постепенно. Воспитатель, наблюдая за малышом, подскажет Вам, когда он будет готов остаться на обед, а затем и на дневной сон.
- Если воспитатель не против, дайте малышу с собой небольшую игрушку или другую вещь, которая будет служить ему напоминанием о доме.
- После возвращения из садика постарайтесь проводить с ребенком побольше времени, занимаясь любимым вами вещами.
- Постарайтесь снизить эмоциональную нагрузку малыша (не посещайте места массовых развлечений, играйте в спокойные игры и т.д.).
- Будьте терпеливыми к капризам ребенка, ведь оказавшись дома, малыш, возможно, захочет выплеснуть накопившиеся у него эмоции.