Адаптация ребенка 2-3 лет к детскому саду

Автор: Максименко Наталья Николаевна

Организация: МАДОУ д/с № 10 ст.Старовеличковской

Иногда так случается, что радостные ожидания от первых посещений сада сменяются озабоченностью: у ребенка вместо радости общения, навыках и игре идет полное отстранение и замкнутость. Родители сразу задаются вопросом: может он заболел? У него и в самом деле насморк, а вчера была температура. Он со скандалом идет в  детский сад и малыш почти неузнаваем, словно его «изменили». «Изменили» не малыша, а жизнь и обстоятельства, что неизбежно. Организм и душа ребенка - в состоянии между здоровьем и болезнью: вскоре ребенок или в самом деле заболевает, если выраженность стресса велика, или снова становится сам собой, в случае легкой адаптации. Если адаптация проходит очень тяжело малыш может потерять в весе или без причинно поднимается температура. Стресс, который наступает, разрушает барьер малыша, «изменяет» важнейшие физиологические реакций, которые нужны  для состояния здоровья, и  таким образом малыш начинает болеть. От малейшей смены обстановки в группе, от смены погоды на улице, ребенок тут же начинает болеть. Если адаптация легкая, это не вносит серьезных изменений в жизнь ребенка и его родителей. Она характеризуется привыканием к новой обстановке - около месяца, а поведение ребенка ,его привыкание к окружающей среде кратковременны и незначительны, поэтому малыш чаще всего не болеет.

Существует ещё промежуточный вариант адаптации - это период разных изменений в детском организме, который  характеризуется временем адаптации – чуть  больше месяца, когда возможны заболевания без осложнений.

Почему появляется  стресс у ребенка в данной ситуации? Это не связанно с отрывом от взрослых (мама, папа, бабушка, дедушка и т.д.) ребенка, для того чтобы находиться в детском саду , в новой обстановке, ребенку требуется  вести себя не так, как дома. Но ребенок не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так.

Как надо родителям готовить ребенка к поступлению в детский сад.

* Как можно чаще и больше разговаривайте с малышом про детский сад.
* Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
* Не говорите плохо о детях и о детском саде при малыше, даже если он Вас не слушает, подсознательно Ваш разговор откладывается у него в голове.
* Почаще оставляйте ребенка с папой, бабушкой, возможно с няней, чтобы разлука с Вами не вызывала сильного стресса. Объясняя  это тем, что он уже большой.
* Говорите, как можно чаще, и показывайте малышу как Вы его любите.
* Научите малыша навыкам самообслуживания (давайте ему как можно больше самостоятельности),помогайте ему, но не делайте за него, таким образом ему будет легче в детском саду.
* Постройте режим дня так, чтобы он (приблизительно) соответствовал режиму дня в детском саду.
* Ни в коем случае не пугайте ребенка детским садом, это может привести к сильнейшему стрессу.
* Постарайтесь не переживать и не нервничать в первый день посещения ребенком детского сада, так как малыш очень остро чувствует ваше настроение и будет сильно переживать.
* Подбадривайте малыша, говорите ему, что он стал таким большим, что уже может ходить в детский сад.
* Первое время забирайте малыша домой раньше ( как Вам советуют воспитатели),дома создавайте благоприятную обстановку без конфликтов и стресса, в создании хорошей атмосферы должны участвовать все члены семьи.
* Не перегружайте малыша ,постарайтесь ограничить посещение массовых мероприятий, гостей и т.д.
* Не одевайте малыша в группу в тесную и неудобную одежду, помните, что он должен самостоятельно пытаться все это снять сам, при неудачных попытках у него появляется стресс, красивая одежда не значит удобная.
* Постарайтесь не мешать ребенку в группе взаимодействовать в другими детьми и взрослыми.