

Адаптация ребенка раннего дошкольного возраста к условиям ДОО

А моя мама идет? Очень быстро идет? Сильно, сильно торопится?

На эти вопросы педагогу приходится отвечать очень много раз в день! В этот ответственный период жизни ребенка и родителей хочется сказать, что, оставляя своего малыша в детском саду, мы родители точно так же адаптируемся, как и ребенок. И «щемит сердце, и разрывается душа» когда приходится практически отрывать от себя свое любимое чадо. Но переступая порог группы, порой ребенок смело примеряет на себя новую социальную роль и становится примерным воспитанником, (убирает игрушки, помогает другим одеться, быстро подстраивается под режим и т.д.) Это говорит о том, что родителями был очень хорошо проведен подготовительный этап.

Адаптационный период можно условно разделить на несколько этапов:

I этап подготовительный.

Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям. И делать это следует постепенно, не торопясь, оберегая нервную систему от переутомления.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Как только в семье посчитают, что все эти задачи успешно решены и малыш подготовлен к приходу в ДОО, наступает следующий этап – в работу включается педагог, который непосредственно будет работать с ребенком в детском саду.

II – этап основной.

Главная задача данного этапа – создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и стараться установить с воспитателем доброжелательные отношения. Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, смогут найти подход к ребенку значительно быстрее и точнее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психологической защиты.

III – этап.

Ребенок начинает посещать детский сад по 2-3 часа в день. Затем ребенка оставляют на сон. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

Меры, облегчающие адаптацию.

Необходимо заранее готовить ребенка к поступлению в детское учреждение.

Для родителей:

1. Провести первое знакомство родителей и ребенка с ДООУ:

- прийти на детский праздник;
- проконсультироваться у психолога;
- пройти с экскурсией по ДООУ;

2. Приходя в детский сад, желательно познакомиться с группой, куда будет ходить ребенок, с сотрудниками, работающими там.

3. В адаптационный период нежелательно разрушать любые привычки, в том числе и вредные (например, если ребенок сосет палец, не засыпает без соски или пения и т.п.), лучше обратить на них внимание до детского сада так как это осложнит приспособление к новым условиям. На момент поступления в детский сад необходимо предупредить воспитателя о «особых» привычках ребенка, если таковые имеются.

4. Необходимо тренировать у ребенка систему адаптационных механизмов, приучать его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения. Прогулка, прием пищи, сон, чтение сказок и т.д.

5. Нужно придерживаться режима дня максимально приближенного к режиму в ДООУ.

6. Готовится к посещению сада лучше вместе. Ребенок будет более заинтересован посещением ДООУ, если родители, покупая необходимые вещи, будут привлекать и ребенка.

7. Накануне первого и последующих посещений детского сада необходимо напомнить малышу, что завтра он идет в группу, и ответить на все вопросы.

8. Важно избегать обсуждения при ребенке волнующих проблем, связанных с детским садом.

9. Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим.

10. Вежливое и приветливое обращение родителей к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.

11. Важно помнить, что каждый раз, когда ребенок возвращается в детский сад после болезни, заново начинает проходить все ступени адаптации.

В период адаптации к условиям детского сада очень часто отмечается регресс во всем развитии ребенка: в его речи, навыках, умениях, игровой деятельности. Адаптация обычно проходит сложно с массой негативных сдвигов в детском организме (на всех уровнях и во всех системах), что в первую очередь проявляется в поведении ребенка. В силу несформированности адаптационных механизмов, работы функциональных систем организма в неблагоприятном режиме у ребенка возникает стрессовая реакция – в зависимости от того какая система наиболее заинтересована в ней. Характер протекания процесса адаптации в любом возрасте зависит от биосоциального анамнеза, представляющего совокупность сведений об особенностях индивидуального развития в период беременности и в возрасте до 3-х лет.

Выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в ДООУ – важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.