

Консультация для родителей

Адаптация ребенка к условиям детского сада

Воспитание-дело трудное, и улучшение его условий – одна из священных обязанностей человека. Сегодня одной из самых острых проблем дошкольного образования является адаптация ребенка раннего возраста к условиям детского сада.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. При поступлении в дошкольное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка раннего возраста ограничены, резкий переход малыша в новую среду может привести к эмоциональным нарушениям. Резкая смена условий существования может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка.

Адаптация – серьезное испытание, как для малышей, так и для их родителей. Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Обращение персонала с детьми также резко отличается от того, к которому они привыкли дома. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции. В современной жизни мы мало уделяем внимания проблеме адаптации, а ведь успешная адаптация ребенка к изменяющимся условиям его существования – залог его будущей успешной взрослой жизни, залог его побед и достижений.

Любая адаптация – это приспособление индивида к новым условиям существования. Адаптация делится на биологическую и социальную. **Биологическая** – изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования. Так, в условиях тяжелой адаптации в ДОО у ребенка возможны замедление речевого, психического развития, и задача логопеда – помочь ребенку в процессе адаптации сохранить и приумножить речевое развитие малыша. **Социальная** адаптация – формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе. Речь является при этом очень важным связующим компонентом между детьми. Биологическая и социальная адаптация тесно взаимосвязаны, что отражается, например, в снижении функциональной

активности организма в период возникновения сложных социальных взаимоотношений, что проявляется в снижении иммунитета малыша, например, в период адаптации.

Цель адаптационного периода – приспособление малыша к новым условиям его существования.

Задачи: 1. Благополучное изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования.

2. Благополучное формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе.

Если воспитатели, организуя деятельность детей, помогут новичку пережить хотя бы однажды, хотя бы в малом радость успеха, утвердиться в получении какого-либо результата и почувствовать свою нужность в группе — тогда ребенок будет открыт и подготовлен к дальнейшей жизни в детском саду. По существующим литературным данным, адаптация ребенка к яслям длится 7-10 дней, к детскому саду в 3 года – 2-3 недели, в старшем дошкольном возрасте – 1 месяц.

Чаще всего дети приходят в детский сад в 2 года, поэтому остановимся на этом периоде подробнее. Адаптацию малыша к детскому саду можно разделить на три вида: легкая, тяжелая и средняя.

Тяжелая адаптация может длиться месяцами. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна и мочеиспускания, на лицо - резкие перепады настроения, частые срывы и капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет, что связано в первую очередь с нежеланием ребенка идти в детский сад. Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют. При тяжелой адаптации возможен ее срыв, который может привести к психосоматическому заболеванию ребенка: Разлука → страх → стресс → срыв адаптации → болезнь.

Второй тип адаптации - **легкая**, противоположная той, что была описана выше. В этом случае ребенок вливается в новый коллектив безболезненно, ему там комфортно, он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации физиологические "срывы" все же возможны.

И последний тип адаптации - **средняя**, когда малыш более-менее терпимо переносит походы в детский сад, может периодически "всплакнуть", но ненадолго. Этот период может длиться до двух-трех месяцев. Чаще всего в это время заболеваний не избежать. Иногда, после выздоровления, ребёнку

приходится привыкать заново. Но, это не показатель. Не следует беспокоиться, глядя на ребёнка подруги, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход.

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

- 1. хороший аппетит;
- 2. спокойный сон;
- 3. охотное общение с другими детьми;
- 4. адекватная реакция на любое предложение воспитателя;
- 5. нормальное эмоциональное состояние.

К невротическим реакциям, сопровождающим срыв адаптации, можно отнести:

- 1. рвота
- 2. пристрастие к личным вещам;
- 3. наличие страхов;
- 4. неуправляемое поведение;
- 5. стремление спрятаться от взрослых;
- 6. истерические реакции;
- 7. тремор подбородка, пальчиков.

Чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла успешно, рекомендуется начать готовить малыша к саду заранее.

1. Следует рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему мама и папа хотят, чтобы малыш пошел в детский сад (чтобы было интересно, например).

2. Показать ребенку детский сад, понаблюдать за прогулкой ребят, которые уже ходят в садик. Подробно рассказать о режиме детского сада, чтобы ребенка не пугала неизвестность. Для этого следует проконсультироваться с сотрудниками детского сада, чтобы рассказ о режиме дня был правдив, иначе ребенка может ждать разочарование.

3. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Следует проговаривать вместе с ребенком модели поведения, тогда малыш будет чувствовать себя увереннее.

4. Научить ребенка знакомиться с другими детьми, вместе играть, обмениваться игрушками, прощаться.

5. Следует в присутствии ребенка не выказывать своих страхов по поводу детского сада, не давать знакомым высказываться критически в отношении принятого вами решения отдать ребенка в детский сад.

Уверенность родителей в правильности своего решения вселяет уверенность в ребенка, что все будет хорошо. В период адаптации необходимо эмоционально поддерживать малыша, чаще обнимать его, больше общаться.

Таким образом, адаптация малыша к детскому саду – очень сложный и ответственный процесс. Главнее в нем – не навредить ребенку, а способствовать его успешному психофизиологическому развитию. И чтобы малыш чувствовал себя комфортно, в первое время следует, как можно раньше забирать ребенка домой, чтобы он привыкал к новому окружению постепенно, приложить все усилия, чтобы создать спокойный, бесконфликтный климат в семье, необходимо в выходные дни организовывать дома такой же режим, как и в детском саду. И, конечно, родители ребенка должны тесно сотрудничать с воспитателями детского сада. Думаю, что с Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша любовь и забота, позволит решить проблему адаптации на должном уровне.



Консультацию подготовила воспитатель Охоткина Л.Г.