КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

Поступление в детский сад.

 Уважаемые родители! Ваш ребёнок первый раз переступил порог детского сада. Мы хотим, чтобы этот непростой период в его жизни прошёл как можно мягче. Для этого нам нужна Ваша помощь! Чтобы адаптация ребёнка к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать больше об особенностях этого сложного периода.

 Что такое адаптация? Адаптацией принято называть процесс вхождения ребёнка в новую среду и привыкание к её условиям. Дома ребёнок привык к определённому образу жизни, режиму, видам деятельности, характеру пищи, взаимоотношениям с окружающими, правилам поведения. В детском саду большинство условий будет новыми и непривычными для ребёнка, к ним малышу придётся приспосабливаться и привыкать. Адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния.

 Длительность привыкания зависит от индивидуально-личностных особенностей малыша: типы его нервной системы, степени общительности и доброжелательности, уравновешенности, наличия выполнять требования взрослых, сформированности навыков самообслуживания.

 Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

 При лёгкой адаптации отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям всё нормализуется: появляется аппетит, налаживается сон.

 При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребёнка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца он болеет острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без осложнений. Сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребёнка нестабильно в течение месяца, плаксивость весь день. Крик при расставании и встречи с родителями. Речевая активность замедляется.

 Самой нежелательной является тяжёлая адаптация, когда эмоциональное состояние ребёнка нормализуется очень медленно. В этот период ребёнок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Ребёнок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет, аппетит снижается. Отношение к детям: избегает, сторониться или проявляет агрессию.

 Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в учреждении дошкольного образования.

 В период адаптации воспитатели, по мере своих сил и возможностей, стараются обеспечить индивидуальный подход к каждому ребёнку, дать максимум ласки и заботы. Воспитатели стремятся получить как можно больше информации о новых детях – об их особенностях и привычках. Поэтому не избегайте бесед с воспитателями о Вашем ребёнке, рассказывайте больше.

 Но успешность адаптации вашего малыша будет зависеть не только от воспитателей и от самого ребёнка, но во многом и от Вас. В Ваших силах помочь ребёнку войти в новые условия – в условия детского сада – как можно более безболезненно. Для этого Вам необходимо психологически готовить ребёнка к детскому саду заранее и соблюдать следующие рекомендации:

1. Родители должны привыкнуть к мысли: «Мой ребёнок идёт в детский сад, там ему будет хорошо, о нём будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошёл в садик".
2. Соблюдайте режим дня! Заранее узнайте режим работы учреждения дошкольного образования и за один-два месяца постарайтесь, чтобы ваш ребёнок привык к нему.
3. Чтобы ребёнок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.
4. Создайте в восприятии ребёнка положительный образ детского сада! Познакомьте малыша со зданием детского сада, с его территорией. Покатайте его на качелях, горке, поиграйте на спортивной площадке.
5. Заранее готовьте ребёнка к временной разлуке. Пример: « Ты стал большим, взрослым. Тебя уже приняли в детский сад. Мы будем ходить на работу, а ты – в детский сад. Так все делают».

 Вот мы и подошли к самому главному: все документы готовы, ребёнок и родители настроены идти в садик, к детям. В первый день Вы приводите ребёнка на несколько часов; во второй день – до обеда, а потом уже и на целый день.

 Настройте себя на успешную адаптацию ребёнка в детском саду, постарайтесь наладить доверительные отношения с педагогами детского сада! Демонстрируйте малышу позитивное отношение к саду.

 Эти советы помогут пережить ребёнку процесс адаптации к условиям детского сада. Если вам нужна квалифицированная помощь, педагог – психолог детского сада всегда ждёт Вас!

Педагог-психолог: Кузьмина Н.В.