

Консультация для родителей по сопровождению процесса адаптации ребенка к условиям ДОУ

Адаптационный период – серьезное испытание для малышей раннего возраста: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно влечет изменение поведенческих реакций ребенка, расстройство сна и аппетита. В возрасте 1-3 лет ребенок имеет ряд специфических возрастных возможностей. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поступление в детский сад часто вызывает у ребенка стресс. Это обусловлено тем, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая ребенка среда, появляется большое количество незнакомых людей. Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка, расстройством сна, аппетита. Семье ребенка, так же требуется какое-то время для того, чтобы приспособиться к новым жизненным обстоятельствам.

Рекомендации родителям, на период когда ребенок начал впервые посещать детский сад



1. Привести домашний режим в соответствие с режимом группы;
2. Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
3. Расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
4. По возможности приучать ребенка к самостоятельности при самообслуживании;

5. Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
6. Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад;
7. Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за непослушание;
8. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;
9. Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была бы возможность не оставлять его там на целый день;
10. Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
11. Настраивать ребенка на мажорный лад, внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим;
12. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье;
13. Щадить его ослабленную нервную систему;
14. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на его нервную систему. На время прекратить походы в театр, в цирк, в гости, сократить просмотр телевизионных передач;
15. Как можно раньше сообщить психологу и воспитателям о личностных особенностях малыша;
16. Создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;
17. Не наказывать ребенка за детские капризы; Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы!



Как не надо:

- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;
- препятствовать контактам с другими детьми;
- увеличивать нагрузку на нервную систему;
- одевать ребенка не по сезону;
- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду;

2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства;

3. Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет;

4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке);

5. После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке;

6. Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу;



Будьте терпеливы!

Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

В добрый путь, малыши!

Педагог-психолог ДОУ №93

Лютова О.В.