

Как помочь ребенку в период адаптации к детскому саду

Адаменко Ирина Сергеевна
Воспитатель МБДОУ «Д/с №17
«Росинка» х.Марьинский
Краснодарский край

Резкая смена условий нередко сопровождается тяжелыми переживаниями, снижением активности (речевой, игровой), сказывается на здоровье, и адаптация, привыкание к новым социальным условиям протекает подчас очень болезненно.

Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близкого человека, незнакомые взрослые, большое количество детей, новый распорядок дня. Обращение взрослых с детьми так же отличается от того, к которому они привыкли дома.

На внезапное изменение окружающей среды нервная система ребенка реагирует чутко и быстро. В первые дни, когда малыш только попал в коллектив, у него уменьшается или даже совсем пропадает аппетит. Часто ребенок начинает хуже есть дома, у него ухудшается настроение, он делается замкнутым, не хочет играть, у него ухудшается активность, ребенок без причин плачет, не хочет выходить из дома, не хочет отпускать мать. Проявляются признаки негативизма - ребенок отказывается раздеваться или, наоборот, одеваться, становится нервным, раздражительным, с трудом засыпает. Есть дети, у которых по вечерам поднимается температура, иногда появляется сыпь, нарушается деятельность кишечника. Ребенок отказывается садиться на горшок. Утрачивается сопротивляемость организма к болезням. Нередко, побыв неделю-другую в коллективе, ребенок заболевает.

Адаптация к новым условиям длится по-разному: от недели до нескольких месяцев. Длительность этого периода зависит от воспитания в семье, от психического и физического развития ребенка, возраста и многих других индивидуальных особенностей. Поэтому одни дети адаптационный период переносят тяжелее, другие - легче.

Чтобы ребенок легче привыкал к детскому саду, заранее определите, когда он туда пойдет, и за 2-4 месяца (в зависимости от здоровья и физического развития) начните готовить его к этому событию. В первые дни посещения целесообразно приводить ребенка только на прогулку. На прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче познакомиться с воспитателем и детьми, так как условия здесь напоминают условия домашнего двора. В последующие 2 недели ребенка следует забирать до дневного сна, постепенно увеличивая время нахождения его в детском саду.

