

## **Актуальные вопросы родителей в консультативный пункт: Собираемся в детский сад: адаптация ребёнка к дошкольному учреждению.**

В августе начался прием малышей в детские дошкольные учреждения Медынского района. Ребенок идет в детский сад. Это очень важное событие, ведь это первое вступление малыша в общественную жизнь, первый отрыв от семьи. Взрослым очень тревожно: как смогут дети адаптироваться к новым условиям, какие могут возникнуть проблемы и насколько серьезен этот процесс адаптации, ведь раньше - мама постоянно была рядом, а теперь она будет появляться только вечером, но вместо неё целый день придётся быть с воспитателем и ещё десятком других ребятшек, каждый из которых претендует на её внимание? Эти вопросы очень важны и мы постараемся на них дать ответ.

Как вообще происходит эта самая адаптация и что это, собственно говоря, такое?

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребёнка детский сад, несомненно, является новым, ещё не известным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребёнок привыкает по-своему.

Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Эти стадии страха – одна из причин затруднённой адаптации ребёнка. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в детском саду приводит к тому, что ребёнок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он часто болеет, т.к. стресс истощает защитные силы организма.

Кстати, мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Конечно, каждый ребёнок по-разному реагирует на новую ситуацию, однако, есть и общие черты: всегда нелегко привыкают к детскому саду единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, зависимые от матери, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе. Хуже остальных чувствуют себя в дошкольных учреждениях дети с флегматическим темпераментом. Они не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть.

Если Вы заметили, что у вашего ребёнка проблемы с адаптацией, то всегда поддерживайте связь с воспитателем, обозначайте ему свои тревоги и прислушивайтесь к советам.

Осложняющим фактором адаптации, как не парадоксально это звучит, становятся родители. Чрезмерная любовь и опека вызывает у детей

устойчивое представление о том, что окружающие его люди должны и обязаны во всем: одеть, накормить, развлекать, бежать на помощь при малейшем затруднении. В три года ребенок уже очень много должен уметь, однако, взрослые не всегда задумываются о самостоятельности и развитии ребенка, о тех навыках элементарного самообслуживания, умения держать карандаш, ложку, пить из кружки и т.д., которым давно должны были научить своего малыша.

По наблюдениям воспитателей, у некоторых даже нет понятия о том, что ложку нужно держать самому, не все умеют жевать по тому, что еда дается из бутылочки или перемалывается блендером. Все это становится причиной возникающей негативной реакции у ребенка по отношению к детскому саду, ведь дома можно абсолютно все и за него сделают абсолютно все, значит здесь мне плохо. Дети тонко улавливают настроение родителей и легко могут ими манипулировать, поэтому нельзя «идти на поводу».

### Что тут можно порекомендовать?

- Обратите внимание на то, что умеет Ваш ребенок, познакомьтесь с рекомендациями психологов, педагогов, педиатров об особенностях развития ребенка. Постарайтесь научить малыша всему тому, что поможет ему быть самостоятельным и активным
- Поступление и привыкание должно быть постепенным. Начиная с 1-2 часов, время пребывания доводится до полного дня. Каждая схема приема в детский сад очень индивидуальна, наберитесь терпения, ведь она может занять от нескольких дней до 3-6 месяцев.
- **ОБЯЗАТЕЛЬНО!** Наличие единых требований в семье и детском саду по отношению к ребенку. Интересуйтесь у воспитателя, что и как делать с ребенком дома.
- Взрослые (родители, воспитатель) не должны вызывать у ребенка негативных реакций. Нельзя пугать ребенка взрослыми, или, тем более, детским садом. Мать и значимые для ребенка члены семьи при ребенке должны высказывать только положительные эмоции к детскому саду.
- Семья должна вести подготовку к детскому саду примерно за месяц до его поступления:
  - родителям необходимо уточнить режим детского сада и приблизить режим к жизни ребенка;
  - уделить внимание вредным привычкам, особенно невротического характера (кусает палец, ходит раскачиваясь, крутит волосы, часто плачет) и постараться от них избавиться;
  - по возможности сформировать у ребенка культурно-гигиенические навыки самообслуживания;

- Ребенок может брать с собой в детский сад любимую игрушку или «кусочек дома» (например, носовой платок, пустой флакон от помады и т. п.)
- Подгузники, соски, бутылочка, укачивание ко сну должно остаться в прошлом.
- Старайтесь контролировать не только физическое, но психическое развитие своего малыша. Обязательно обращайтесь к неврологу или другим специалистам, особенно если это вам рекомендует воспитатель.

Не стоит пугаться этого процесса. Вместе с педагогами, родители смогут облегчить период адаптации своему малышу. Главное – единство требований, разумное поведение взрослого, любовь к ребенку и все у нас будет замечательно! Ждем вас!

Куманцова О.Я., заведующая  
Детским садом «Колокольчик» г. Медынь