Как подготовить ребенка к детскому саду? Прежде чем ответить на этот вопрос, рассмотрим, что происходит с ребенком, когда он приходит из семьи в детский сад.

 Уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение, в основе которого лежит динамический стереотип, т.е. система определенных ответных реакций организма на последовательно действующие на него раздражители. К 2-3 годам стереотип поведения ребенка становится довольно устойчивым. При поступлении в дошкольное учреждение привычные условия жизни в семье (режим, характер питания, микроклимат помещения, приемы воспитания, характер обучения) меняются. Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу. В чем это выражается? У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние, иногда повышается температура тела. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков.

 От чего же зависят характер и длительность адаптационного периода?

 Исследования педагогов, медиков (Н. М. Аксарина, Н.П.Жукова, Р. В. Тонкова-Ямпольская и др.) показывают, что характер адаптации зависит от следующих факторов:

-возраста ребенка,

-состояния здоровья и уровня развития ребенка,

-биологических и социальных факторов,

-уровня тренированности адаптационных механизмов,

-опыта общения ре6енка со сверстниками и взрослыми.

 Решить эту проблему, обеспечить более безболезненное привыкание ребенка к условиям детского сада можно только совместными усилиями детского учреждения и семьи.

 Что же должны делать родители?

 Прежде всего, им необходимо заранее познакомиться с условиями детского учреждения, в которое они поведут малыша, и приблизить к ним условия воспитания в семье (режим, характер питания, приемы воспитания и т.п.).

 Важно научить малыша общаться со сверстниками.

 Родители должны знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным. У него может ухудшиться сон, аппетит. Надо проявлять особое внимание и чуткость к малышу. Но не путать внимание и излишнее заласкивание. Режим в семье должен быть щадящим. Необходимо в семье компенсировать возможное недосыпание и недоедание ребенка в дошкольном учреждении.

 Сотрудникам дошкольного учреждения в период адаптации необходимо приблизить условия к домашним ( посидеть возле засыпающего ребенка, не отбирать любимую соску, не заставлять есть нелюбимую пищу и т.д.).

 Воспитатель должен чутко относиться к неудачам малышей (не успел попроситься в туалет, накрошил на стол, разлил пищу и т.д.) и не стыдить их, не жаловаться родителям, особенно в их присутствии.

 Итак, знание особенностей периода адаптации, факторов, влияющих на нее, совместные усилия родителей и сотрудников детского учреждения могут существенно помочь ребенку относительно быстро и безболезненно привыкнуть к дошкольному учреждению.