Мини-эссе

 воспитателя Кузьменко Е.В.

на тему:

«Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду?»

Большинству детей бывает сложно адаптироваться к детскому саду, эта сложная адаптация выражается в плохом сне ребенка, потере аппетита, плаксивости.

У ребенка с проблемами адаптации нарушается речь, навыки, умения. По любому поводу истерики, могут стать мокрыми штанишки. Ничего не ест и плохо спит. Расстается с плачем, причитая, что его уже никто не любит, что он обещает быть хорошим. Целый день сидит один, не разговаривая даже с воспитателями, впившись взглядом во входную дверь. Только скрипнет дверь, и он уже к ней мчится. Постоит, увидит, что пришла не мама, и опять садится, снова ждет. В первый день его хоть как-то можно было отвлечь новыми игрушками, но теперь это не действует. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей.

Для того чтобы облегчить адаптацию ребенка, объясняем родителям, что период адаптации в среднем занимает полгода, именно поэтому им следует запастись терпением и с пониманием относится к капризам ребенка в первые месяцы посещения детского сада, придерживаясь некоторых советов:

1. Не оставлять малыша в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать малыша домой, хотя бы первых два-три дня (до прогулки, до обеда, до сна, сразу после сна).

2. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

3. Щадить его ослабленную нервную систему. Создать дома, по возможности, такой же режим, который существует в детском саду. Режим дня находится в уголке родителей.

4. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

5. Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

6. Не кутать ребёнка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. Обязательно в шкафчике ребенка должен быть полный сменный комплект одежды. И теплые вещи на случай похолодания или дождя.

7. Не обсуждать в присутствии ребенка воспитателей.

8. Каждый вечер интересоваться у ребенка о том, как прошел день, что случилось нового и интересного.

А я как воспитатель могу помочь ребенку следующим:

1 )Показываю ребёнку игрушки и книжки в группе, предлагаю самому походить и осмотреть всё или хожу с ним по группе за руку.

2)Знакомлю ребёнка с другими детьми в группе или представляю новеньких детей друг другу.

3) Если ребёнок плачет, скучает по маме (папе), то даю понять ему, что его переживания не оставят в садике без внимания. Можно сказать так: "Я понимаю, что тебе грустно, ты скучаешь по маме (папе)", "Я заметила, что ты хочешь к маме, наверняка, она тоже хочет к тебе и уже идёт".

4) Если ребёнок плачет и скучает по маме (папе), то можно предложить ребёнку сделать что-нибудь для того по кому он скучает: "Я вижу, ты соскучился по маме и загрустил. Давай нарисуем для неё рисунок".

5) Если дети играют, а ребёнок стесняется и стоит в стороне, то можно позвать его к остальным. Можно сказать так: "Дети строят большой дом из кубиков, им надо помочь. Пойдём поможем".

6) Если ребёнок начинает плакать и говорит, что хочет к маме(папе), то можно сказать ему о том, что его мама (папа) тоже к нему хочет. Ребёнок не должен сомневаться в том, что за ним придут и о нём помнят.

7) Можно занять ребёнка игрушками или книжкой с картинками. При этом наблюдаю за ребёнком со стороны, присматриваюсь к тому, что ему нравится, что его увлекает, чтобы сделать для себя вывод о том, как к нему лучше подойти и с каких фраз начинать с ним общение.

8) Обращаю внимание на индивидуальные особенности ребёнка (во что ему больше нравится играть, что он хочет покушать и так далее).

9) Позволяю ребенку иметь свои личные вещи и любимые игрушки принесённые из дома. Эти вещи и игрушки помогают ему сохранять мысленную связь с домом, с семьёй.

10)Сама делаю то ,что прошу сделать детей. Например, убираю игрушки, расставляю книги на полках.

11) Дети познают мир через игры и сказки. Читаю потешки, сказки и стихи. Ввожу игровые моменты в организацию режимных процессов.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту.