Южное окружное управление образования

Департамента образования города Москвы

Государственное бюджетное образовательное учреждение

города Москвы

детский сад общеразвивающего вида № 1687

*Консультация для*

*родителей.*

Адаптация

Разработала и провела

воспитатель второй

квалификационной

категории

Миронова Е.В.

Согласовано:

Заведующая ГБОУ детский сад №1687

Писаренко Н.М.

Москва 2010

Начиная свою жизнь в семье, познавая определённые, сравнительно устойчивые условия, ребёнок постепенно приспосабливается к окружающей его среде. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, организм ребенка постепенно адаптируется к окружающим влияниям, иными словами приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

Любые изменения, происходящие в семье приводят к тому, что поведение ребёнка может временно нарушиться, претерпеть изменения. Эти так называемые нарушения уравновешенного поведения можно объяснить тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, происходит торможение старых связей, а вместо них уже формируются новые. У ребенка еще недостаточно развиты адаптационные механизмы, в частности – это слабые тормозные процессы и относительно малая подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, и при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т. е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни.   
Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

• нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)

• нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)

• меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

• повышение температуры тела

• изменения характера стула

• нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже. По всем этим признакам выделяются определённые группы, к которым принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребёнок, будет строиться работа с ним. Очень часто встречаются ситуации, когда ребёнка нельзя однозначно определить в ту или иную адаптационную группу. Т.е. модель его поведения находится не "стыке" двух групп, т. е. является пограничной. Своеобразный переход из одной адаптационной группы в другую показывает динамику развития процесса привыкания ребёнка к условиям детского учреждения.

Что же необходимо делать, чтобы адаптационный период более лёгким и безболезненным? Предварительные шаги ( для вас, родители) :

Чем чаще будет общение ребенка со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома, т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.

Приветствуются прогулки по территории детского сада и сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть очень красочный и, несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.

Поскольку каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).

В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3часов.

Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые для прогулок, игр. Это позволяет быстрее определить группу поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.

Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека. В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком и воспитателем в новой ситуации.

Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.

Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

Для обеспечения единства системы воспитания, до приема ребенка в детское учреждение, целесообразно выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (при помощи анкетирования).

• в первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.

• приблизить домашние условия к особенностям детского сада: внести элементы режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслуживать и т.п.

Стоит отметить, что не все родители и воспитатели мгновенно увидят плоды своих трудов, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до2-3 месяцев. Особенно, если ребёнок заболел в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления, ребёнку приходится привыкать заново. Не следует и беспокоиться, глядя на ребёнка знакомых, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход. Я думаю, что с Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй, опирающаяся на знания возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей ребёнка и необходимых условий воспитания ребёнка до поступления в детский сад, позволит решить проблему адаптации на должном уровне.