Адаптация ребенка к детскому саду.

Адаптация к детскому саду – тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому  режиму дня, к новым отношениям, но и выработка  новых умений и навыков.

Дети ведут себя в этот период по – разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателями, отказываются  от еды, третьи реагируют достаточно  спокойно.

Детский сад – это новое окружение, новая обстановка, новые люди.

Адаптацией  принято считать процесс вхождения ребенка в новую среду и болезненное привыкание  к ее  условиям.

Выделяют 3 фазы адаптации:

1. Острая фаза, или период дезадаптации – в это время у ребенка могут наблюдаться  частые заболевания, нарушение сна, аппетита, нежелание  ходить в  детский  сад. Изменяется поведение: могут появляться упрямство, грубость и даже регресс в речевом развитии.
2. Собственно адаптация – в этот  период ребенок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется поведение.
3. Фаза компенсации – дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик. Ускоряется темп развития психических процессов.

Чтобы адаптационный период у ребенка прошел  с наименьшими осложнениями, родителям рекомендуется:

1. приблизить заранее режим дня к распорядку дня в ДОУ;
2. избегать при ребенке обсуждение  волнующих родителей проблем, связанных с  детским садом;
3. планировать пребывание  ребенка в первый месяц в ДОУ не на целый день;
4. заранее познакомить ребенка с воспитателями и детьми группы, в которую он пойдет;
5. обучить ребенка  дома  всем  необходимым навыкам самообслуживания;
6. подчеркивать ребенку, что он, как и прежде дорог родителям и любим ими.

Адаптационный период условно можно разделить на  два  этапа:

1. Подготовительный – его следует начинать за 1 – 2 месяца до приема  ребенка в детский сад. Задача  этого этапа – сформировать  такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщаться к  новым  для него условиям. В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания ребенка, оно должно быть близким к питанию  детей в детском саду. Также необходимо  обратить  внимание  на навыки самообслуживания и самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться, одеваться  не будет чувствовать  себя беспомощным,  зависимым от взрослых. Также стоит обратить  внимание на сон в дневное время, чтобы у ребенка была в нем  потребность.
2. Основной – главная задача этого этапа – создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа  и постараться установить с педагогами доброжелательные отношения. Следует открыто и

подробно рассказать об особенностях вашего ребенка: что он любит, какую игрушку любит  больше всего, как он засыпает, как его ласково называют дома.

Завершение  адаптации в детском саду  считается успешной, если ребенок  с аппетитом ест, быстро засыпает, вовремя просыпается, играет.

Длительность адаптации зависит от уровня развития ребенка,  его самостоятельности, общительности и может  длиться от 2 – х недель  до 3 – 4 х месяцев.

Следует  помнить, что после длительных перерывов  (болезнь ребенка, длительные летние каникулы) ребенок  проходит процесс адаптации заново.

Чтобы сделать этот период менее болезненным, важно уделять ребенку в это время особое внимание и готовить  его к посещению детского сада заранее.