Адаптация ребенка в детском саду.

Над вопросом отдавать или не отдавать ребенка в детский сад ломают головы многие родители. В современном мире родителям доступны различные формы развития способностей своих чад – это и всевозможные кружки, и частные группы кратковременного пребывания, и частные сады, и гувернеры, и няни – выбор широкий и, конечно, занимает существенную часть семейного бюджета.

В данной статье хочу остановиться на таком родительском выборе, как устройство ребенка в детский сад. И опять возникают волнения: как ребенок себя там будет чувствовать, как он себя будет вести, какие будут воспитатели, как они будут относиться к их малышу, как сложатся взаимоотношения ребенка со сверстниками и т.д. Давайте разберемся в этих вопросах вместе.

Сейчас я вам опишу ситуацию, а вы проанализируйте свои чувства.

Вы летите с друзьями на самолете (или плывете на комфортабельном пароходе, кому что нравиться). Вдруг он терпит крушение. Вас вырывает вихрем из удобного привычного кресла и дружелюбного соседа, и вы оказываетесь на острове. На острове оказались и пассажиры других самолетов (пароходов), потерпевших бедствие. Вроде вы не одни, но через пару минут, освоившись, вы понимаете, что никого не понимаете…Еще через несколько минут, вы видите удобный пенек и аппетитный фрукт. Вы очень хотите сесть на пенек и съесть этот фрукт. Но они приглянулись еще одному потерпевшему. Он подходит и начинает их отбирать. Напоминаю, вы друг друга не понимаете, а вам очень хочется есть и очень хочется сесть. Как вы поступите? Думаю, дадите сдачи. Это при том, что вы взрослый, воспитанный человек, владеющий речью и другими способами общения. Но даже вам объяснения покажутся долгими.

А теперь представьте вместо самолета вашу семью, на своем месте пассажира вашего малыша, островом будет детский сад, а другие пассажиры, соответственно, другие ребятишки. Пенек и фрукты – это игрушки, не знакомые малышам. Кто-то из малышей говорит, кто-то пытается выражать свои мысли, но многие еще играют в молчунов. Подавлять свои эмоции малыши еще тоже не умеют. Как вы думаете, что будут они чувствовать в ситуации, когда никого из близких нет рядом?

В такой ситуации родителям, бабушкам и дедушкам (если они живут вместе) надо набраться колоссального терпения и выдержки. В худшем случае, это будет период агрессии со стороны малыша, капризов, непослушания. Нужно относиться ко всем этим выпадам терпимее, не наказывать за эти вспышки, ведь таким образом ребенок вымещает свою обиду на родителей за эту ситуацию. При самом малейшем удобном случае показывайте малышу, что он по-прежнему любимый, дорогой вам человечек (проходя мимо просто погладьте его по голове, поцелуйте). Не надо покупать ему дорогие игрушки за поход в детский сад, проведите с ним вечер, почитайте книжку, посмотрите картинки, поиграйте в его любимую игру. Начните вместе рисовать. Пусть это будут черные ураганы, но постепенно эмоции успокоятся. Агрессия – это выплеск эмоций, с которыми малыш не может справиться.

Если ребенок замыкается в себе, не хочет ни с кем общаться - это повод обратиться к психологу, т.к. все бушующие эмоции малыш переживает внутри, не знает, как их выплеснуть и ему необходимо помочь это сделать (это бывает достаточно редко). Специалист по эмоциям поможет найти вам правильное поведение в той или иной ситуации, подскажет что и как сделать, чтобы вы могли понять переживания ребенка и помочь ему справиться с охватившими его эмоциями.

Однако, всех этих неприятных последствий можно избежать, заранее настраивая малыша на предстоящее путешествие в детский сад. Как же это сделать?

Вот небольшой алгоритм действий:

- уделяйте внимание прогулкам с малышом на детских площадках, чаще ездите в гости к друзьям с детьми различных возрастов;

- за несколько месяцев до начала посещения садика узнайте режим дня, по которому живут малыши в садике, постарайтесь, чтобы домашний режим в максимальной степени соответствовал режиму воспитательного учреждения;

- узнайте заранее, что предлагают детям в саду на завтрак и обед, начните готовить что-то из этих блюд и давайте ребенку их пробовать;

- задача родителей - это сформировать положительные эмоции у малыша в отношении нового места.

В каком бы возрасте ни начиналась детсадовская жизнь, ребенок к началу посещений должен самостоятельно уметь:

- одеваться и раздеваться (застегивание пуговиц и молний, завязывание шнурков на шапках и в ботинках зависит от возраста);

- умываться, мыть и вытирать руки;

- пользоваться ложкой, салфеткой;

- вовремя проситься в туалет.

Требования к навыкам и умениям детей определенного возраста можно попросить в садике, куда ребенок должен идти. Однако, все они есть также на просторах интернета. Эти требования обусловлены психическим и физическим развитием ребенка в определенном возрасте.

Во время пребывания ребёнка в детском саду мы все (дети, педагоги и родители) составляем треугольник, во главе треугольника конечно же стоит ребёнок. Он, познавая новое, открывает самого себя (что я умею, могу, на что способен). Задача взрослых - помочь ему в этом нелёгком деле.

Для того чтобы ваш ребенок легче адаптировался в детском саду необходимы сотрудничество и взаимная поддержка родителей и воспитателей. Также соблюдение простых правил:

- приводите ребенка в детский сад в одно и то же время

- к воспитателям обращайтесь по имени-отчеству

- учите убирать игрушки самостоятельно и в определенное место.

- вовремя укладывайте ребенка спать вечером, желательно, за 2 часа до сна исключить просмотр мультфильмов и игры на телефонах и планшетах, т.к. психика малыша очень возбудима и долго успокаивается - малыш просто не выспится

- проследите, чтобы одежда ребенка не была слишком велика или не сковывала его движений. Завязки и застежки должны быть расположены так, чтобы ребенок мог самостоятельно себя обслужить. Обувь должна быть легкой, теплой, точно соответствовать размеру ноги ребенка, легко сниматься и надеваться. Носовой платок необходим ребёнку как в помещении, так и на прогулке.

Одно из главных правил построения дружеской атмосферы в группе -

- не обсуждать при ребенке дома свои опасения, претензии и переживания по поводу детского сада, но обязательно делиться ими с воспитателями или психологом. Если родители не уважают воспитателя, спорят с ним при ребенке, кричат на него – у ребенка формируется образ «плохого» воспитателя, которому мама не верит, не доверяет, а поэтому, почему он (ребенок) должен к нему идти? Все вопросы можно решить мирно, путем бесед с воспитателем с глазу на глаз. Главное, услышать, что хотел сказать вам воспитатель, а не придумывать свою версию услышанного.

Делая вывод из вышенаписанного, мы видим, что для успешной адаптации ребенка в детском саду необходим ваш положительный настрой, соблюдение режима дня и рекомендаций педагогов. Необходимо правильно руководить действиями детей, прежде, чем ожидать от ребенка самостоятельности, его нужно научить действиям, необходимым в процессе одевания, умывания, приема пищи. Залогом успешного привыкания малыша к детскому саду и его хорошего настроения в этот период будут чуткое и внимательное отношение к нему окружающих его людей.