(cc) BY

Агапова Дарья Генадьевна
воспитатель
Луданная Светлана Ивановна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №72 «Мозаика»
г. Белгород, Белгородская область

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ 2-3 ЛЕТ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ»

Аннотация*: в статье рассматриваются условия воспитания и обучения детей раннего возраста в дошкольных учреждениях. В статье анализируются три основные стадии адаптации детей к детскому саду. В целях профилактики и коррекции последствий неблагоприятной адаптации для родителей, воспитателей и специалистов, сопровождающих детей раннего возраста, предлагаются психолого-педагогические рекомендации.*

Ключевые слова*: Адаптация, степень адаптации, дошкольное учреждение, личностные особенности, условия пребывания, режим.*

Первый шаг в жизни каждого ребенка – поступление в детский сад, который не всем деткам дается легко и просто.

Для того чтобы период адаптации прошел для ребенка легко, нужно чтобы между воспитателями и родителями должны установиться дружеские, партнерские отношения. Каждому малышу рано или поздно приходится жить среди других людей, это необходимый этап.

Что же такое адаптация? Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным местом, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация зависит от личностных особенностей ребенка и психофизического состояния, от семейных отношений и условий пребывания в дошкольном учреждении. То есть каждый ребенок привыкает по-разному.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Малыши 2- 3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациям общения, что как раз и проявляется в полной мере в ДОУ. Страхи – это одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуации в саду приводит к тому, что ребенок становится более ранимым, обидчивым, плаксивым, чаще болеет, так как стресс истощается защитные силы организма.

Отсутствие навыков самообслуживания, осложняет пребывание малыша в детском саду.

Избыток впечатлений. В детском саду малыш испытывает много новых как позитивных, так и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – капризы, плач.

В следствие, как дети приспосабливаются к садику, различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую.

При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1- 2 недели. Острых заболеваний не возникает. У ребенка радостное настроение и устойчиво – спокойное состояние. Активно идет на контакт со взрослыми и сверстниками. Быстро привыкает к новым условиям.

Во время адаптации средней тяжести, сон и аппетит восстанавливается через 20 – 30 дней, в течение месяца настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно, но при поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную активность и легче привыкает новой ситуации.

Тяжелая степень адаптации приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. У малыша наблюдаются протест, агрессивные действия, ему трудно общаться с другими взрослыми и сверстниками, отсутствует активность, тихий плач, хныканье, подавленность напряженность.

Чтобы успешно прошла адаптация, используются стихи, песенки, потешки. Во время укладывания, обязательно петь колыбельную песенку. Иногда во время укладывания может звучать одна и та же спокойная музыка. Это помогает

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

быстрее расслабиться особенно плаксивым детям. Так же дети лучше засыпают с любимой игрушкой, принесенной его родителями.

Еще одним условием успешной адаптации является согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребёнка в семье и дошкольном учреждении. Единые требования родителей и педагогов, соблюдение распорядка дня, тщательный гигиенический уход, правильная организация самостоятельной деятельности и игр – занятий создают здоровую обстановку для формирования эмоционально уравновешенного поведения малышей и успешной адаптации к условиям сада.

Еще один немаловажный пункт привыкания – это режим. Для этого нужно приучать малыша к режиму дня, схожему в большей степени с режимом детского сада.

Завтрак 8–20 -8–40, обед в 12 -13 часов, сон в 13 до 15 часов; полдник в 15 часов, ужин в 17 часов укладывание на ночь не позднее 21- 22 часов. Стараться максимально придерживаться этого режима. Чтобы ребенок не чувствовал себя не комфортно, желательно приучить его к горшку, отучить от пустышки.

В 1й день пребывания – родители приводят ребенка к 9 часам на прогулку, и забирают после. Затем в течение недели приводят малыша и оставляют в саду до обеда, а воспитатели наблюдают за ним и в зависимости от поведения (привыкания, эмоционального настроения) сообщают родителям, когда лучше будет оставить его на дневной сон, а потом уже и на весь день..

Как только ребенок заплакал, у родителе возникает вопрос : «Как быть?». Это же очень хорошо, когда малыш плачет, большую тревогу вызывают тихие детки, ведь они все держат в себе. Ребенок плачет – и успокаивается эмоционально, он дает «сигнал» обратить на него внимание. Со всей ответственностью можно сказать, что плачущие по началу детки в будущем посещают детский сад с большим удовольствием, чем тихие и спокойные.

Взрослым необходимо помочь своим малышам преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Малыши раннего возраста эмоциональны, впечатлительны. Им свойственно быстро заряжаться

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться родителями при подготовке малыша в сад. Очень важно, чтобы первый опыт пребывания в детском саду малыш приобрел при поддержке близкого человека.

Как родители могут помочь своему малышу в период адаптации:

Расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание малыша на действия и поведение посторонних людей, говорить положительное отношение к ним;

Развивать подражательность в действиях ребенка: (полетаем, как воробушки, попрыгаем как зайчик)

Учить обращаться к другому человек, делиться игрушками, жалеть того, кто плачет;

Не говорить малышу о том, что вы сожалеете о том, что отвели его в сад. Некоторые родители видят, ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить малыша в сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребенка от себя;

Приучать малыша к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

К моменту поступления в детский сад малыш должен уметь:

− самостоятельно садиться на стул;

− самостоятельно пить из чашки;

− пользоваться ложкой

− активно участвовать в одевании, умывании.

Наглядным примером выступают, прежде всего сами родители. Требования к малышу должны быть последовательными и доступными. Тон, которым обращаетесь к малышу должен быть ласковый, дружественный, чтобы малыш не боялся того что от него хотят.

При переходе к новому укладу жизни ребенка меняется все: режим, окружающие взрослые, дети, обстановка, пища. Поэтому старайтесь уделять малышу больше внимания дома, читайте, играйте, смотрите мультики, делайте

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

домашнюю работу. Хвалите вашего малыша, каким он стал сильным, смелым, как пошел в детский сад, каким он стал умелым и умным, как многому научится в детском саду. Будьте терпеливы, доброжелательны, нежны, чтобы избежать стресса, связанного с поступлением в сад.

Список литературы

1. Аванесова В.Н. Обучение самых маленьких в детском саду. М: Просвещение, 2005. – 176с. ил.

2. Аксарина М.Н. Воспитание детей раннего возраста. – М.: Медецина 2007. – 304с.

3. Алямовская В.Г. Ясли это серьезно.- М.: ЛИНКА-ПРЕСС,1999.

4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. – Воронеж: Учитель, 2006,- 236с.

5. Волошина Л.Д., Кокунько Л.И. Современная воспитательная система детского сада. // Дошкольное воспитание. – 2004. – №3. – С. 12 – 17.

6. Выготский Л.С. Младенческий возраст. Собр. Соч. в 6т. – М.: Педагогика, 1984. – 356с.

7. Печора К.Л., Пантюхина Г.В. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях – М.: Владос, 2007, – 176с.

8. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2–4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению – М.: Книголюб, 2000. – 72с.

9. Смирнова Е.О. Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста. – М.: Мозаика-Синтез, 1996. – 160с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)