(cc) BY

Гузева Светлана Викторовна
воспитатель
МАДОУ «Д/С №227» г. Перми
г. Пермь, Пермский край

В ДЕТСКИЙ САД С УЛЫБКОЙ!

Аннотация*: в данной статье рассматривается проблема адаптации ребенка к детскому саду. Автором раскрываются причины сложного процесса привыкания детей к новым условиям жизни.*

Ключевые слова*: детский сад, дошкольники, общение со сверстниками, адаптация.*

Детский сад – это первое социальное учреждение, в которое приходит ребенок. «Социальное» – в том смысле, что ребенок впервые встречается с требованиями общества. Ведь именно в этом возрасте у ребенка возникает потребность общения со сверстниками.

Теперь не только мама и папа, но и много разных людей (взрослых, сверстников) и разных обстоятельств (режим дня, смена деятельности, правила поведения и даже меню) влияют на малыша. Он учится: отстаивать свое мнение – но уважать правила, защищать себя – но не обижать других, быть личностью – но ценить коллектив, иметь свои постоянные вкусы – но допускать и что-то новое.

Адаптация – это приспособление организма и психики (психосоматика) к новой обстановке. Адаптация бывает легкая, быстрая и почти безболезненная, а бывает – тяжелая, максимально выраженная. Адаптация малыша к детскому саду бывает легкая, быстрая и почти безболезненная, а бывает – тяжелая, максимально выраженная. Длится от 1 месяца до 1,5 лет. Причин для этого много:

1. Резкая смена условий.
2. Ломка привычных форм жизни.
3. Отсутствие близких ему людей.
4. Присутствие незнакомых взрослых.
5. Большое количество детей.

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

6. Новый распорядок дня.

7. Снижаются факторы местной защиты организма.

Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно и разнообразно действовать с игрушками, у которых есть опыт общения с другими взрослыми и детьми. Впервые попав в детский сад, они быстро откликаются на предложение воспитателя поиграть, с интересом исследуют новые игрушки, идут на контакт со взрослым и детьми. Для них – это привычное занятие.

Ребенку исполнилось 3 года. Он поднимается на новую ступень своего развития. «Уже можно задуматься над его дальнейшей судьбой и над тем, что можно сделать для того, чтобы он вырос умным, честным и счастливым человеком. Именно в этот период закладываются основы будущей личности, формируются предпосылки физического, умственного, нравственного развития ребенка. И чтобы это формирование было полноценным, необходимо постоянное умелое руководство со стороны взрослых» (Л. Венгер). Детские психологи и педагоги считают, что лучше всего отдавать ребенка в детский сад в 3–4 года. В данном возрасте малышу легче:

1. Вслушиваться в слова воспитателя.

2. Действовать по инструкции.

3. Выражать свои чувства словами.

4. Строить отношения со сверстниками.

Но, несмотря на все вышесказанное, следует помнить и то, что оптимальный возраст для садика в значительной степени зависит от самого ребенка – его развития, его характера, эмоциональной готовности к столь серьезным переменам в жизни. Если один ребенок легко и органично пошел в детский сад с трех лет, это не значит, что и для другого ребенка этот возраст тоже окажется удачным для начала «общественной» жизни.

Подготовка ребенка к детскому саду требует времени, поэтому начинать её надо заранее. Готовить малыша лучше не навязчиво, пользуясь ситуацией. За 1–2 месяца до начала посещения детского сада надо не только пройти осмотр у врачей-специалистов но и:

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

1. Постараться приблизить *режим* ребенка дома к распорядку дня в детском саду. Если Ваш ребенок не спит днем, приучайте его спокойно лежать, слушая музыку, сказки, рассматривая картинки и т. д.

2. Целесообразно примерно за месяц до того, как ребенок начнет посещать детский сад, *поменьше*, чем обычно *быть рядом* с ним. Нужно отлучаться от ребенка, что бы он привыкал к тому, что мама и папа могут уйти по делам, но через какое-то время обязательно вернуться, и это не должно вызывать у ребенка особых потрясений. Дайте малышу понять, что это неизбежно только по тому, что он уже большой.

3. Ведите себя так, чтобы малыш почувствовал *гордость* родителей за него – ведь он уже большой и может ходить в детский сад.

4. Ни в коем случае *не высказывайте сомнения* при ребенке, что приходиться отдавать его в детский сад. Это сформирует негативную установку по отношению к детскому саду.

5. Рассказывайте ребенку как можно подробнее о детском саде, что бы у него сложилось *положительное представление* о нем. В детском саду много игрушек, интересных игр с ребятами, веселых праздников, хороших взрослых, которые будут тебя любить и во всем помогать и т. д.

6. *Готовьте ребенка к общению* с другими детьми и взрослыми. По возможности расширьте круг общения, преодолевайте страх перед незнакомыми людьми: ходите вместе в гости, посещайте с ребенком детские парки и площадки, приучайте к игре в песочнице.

7. После прогулки и перед сном побуждайте ребенка *раздеваться самостоятельно* и складывать одежду в определенном месте. Не делайте это за ребенка, но наблюдайте за выполнением требований. Напоминайте, хвалите за то, что он сам убирает свои вещи на место.

8. *Посетите детский сад*, в то время, когда дети на прогулке и познакомьте своего малыша с воспитательницей и с детьми.

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

9. Постарайтесь приблизить *домашний рацион* к рациону детского сада. Исключите из питания ребенка протертую пищу, но добавьте больше, разнообразных блюд из овощей, мяса и рыбы.

10. Дайте ребенку больше *самостоятельности* во время одевания и раздевания, посещения туалета и мытья рук, приема пищи и уборки игрушек. Это одна причин слез ребенка в детском саду, если он ничего не умеет делать сам, (а мамы нет), сказать об этом или попросить помощи не каждый может.

11. Узнайте, быть может в этот сад, ходят ваши соседи или знакомые, познакомьтесь с ними. Адаптация пройдет легче, если в группе у ребенка есть *знакомые ровесники,* с которыми он раньше играл дома или во дворе.

12. Начните подготовку к садику с СЕБЯ, это один очень важный момент, про который, тем не менее, часто забывают. Дети очень тонко чувствуют настроение родителей. Если мама боится оставлять ребенка в садике, естественно, ребенок будет бояться там оставаться. Если вы хотите, чтобы ребенок поверил, что ему в садике ничего не угрожает – поверьте в это сами!

Во время процесса адаптации ребенка к детскому саду, будьте внимательны и терпеливы с малышом. Но, помните, и каким бы, ни был хорошим детский сад, не допускайте не поправимую ошибку – не считайте, что он заменит семью.

Список литературы

1. Шабалина С.Н. Детский сад. Первые шаги... / С.Н. Шабалина, Л.Г. Матынова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://рубрики.учитель-воспитатель.рф/2017/12/17/детский-сад-первые-шаги/ (дата обращения: 23.11.2018).

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