

Консультация для родителей.

Когда ребёнок приходит в детский сад в его жизни наступает сложный период адаптации. Что же это? Адаптация – это привыкание ребёнка к детскому саду, к воспитателям, к режиму детского сада и к его условиям.

В период адаптации у детей может нарушиться аппетит, сон, а также эмоциональное состояние. Это приводит к снижению иммунитета, к потере веса, к ухудшению физического развития, а также к заболеваниям.

Существуют 3 степени адаптации:

1. Легкая.
2. Средней тяжести.
3. Тяжёлая.

При лёгкой степени адаптации, отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. Это объясняется тем, что ребёнок плохо спит, теряет аппетит и неохотно играет с детьми. Это длится не более месяца и по мере привыкания к новым условиям всё нормализуется. При этом ребёнок не заболевает в период адаптации.

При средней степени адаптации, эмоциональное состояние ребёнка нормализуется более медленно и в течение первого месяца после поступления в детский сад, ребёнок болеет в основном острыми респираторными инфекциями от 5 до 10 дней без осложнений.

И последняя стадия адаптации – является тяжёлая адаптация. При этом эмоциональное состояние ребёнка нормализуется очень медленно. Этот процесс длится несколько месяцев. Ребёнок проявляет стойкие нарушения поведения, переносит повторные заболевания, зачастую сопровождающиеся осложнениями. Соответственно, тяжёлая адаптация отрицательно влияет на состояние здоровья, а также на развитие детей.

В чем же причина длительной адаптации?

Первоначально – это возраст ребёнка. Детям с 10 месяцев до 2х лет очень тяжело адаптироваться к детскому саду.

Естественно, после 2х лет детям значительно легче приспособиться к новым условиям жизни, потому что к этому возрасту они становятся более любознательными и хорошо понимают речь взрослого, и естественно, чем старше ребёнок, тем ему легче, потому что он много где побывал и приобрёл опыт нахождения в разных условиях.

Вторая причина – это состояние здоровья малыша и его уровень развития. Дело в том, что здоровый и хорошо развитый ребёнок всегда легче переносит трудности адаптации в социуме.

Третья причина – у ребёнка сформирована предметная деятельность. Это означает, что его легко можно заинтересовать новой игрушкой и занятиями, что немаловажно для развития ребёнка в детском саду.

Четвёртая причина – это индивидуальные особенности детей. Это выражается в том, что дети одного возраста ведут себя по-разному в детском саду. Некоторые дети плачут, отказываются есть, спать, и реагируют протестом на каждое предложение взрослого. Но через несколько дней поведение ребёнка меняется, восстанавливается сон и аппетит и появляется интерес к деятельности других детей в детском саду.

А некоторые дети в первый день адаптации внешне спокойны. Без возражения выполняют требования воспитателя, но в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят и не принимают участие в играх. Такое поведение может продолжаться несколько недель.

Пятая причина – это условия жизни ребёнка в семье. Это зависит от того, как родители соблюдают режим дня в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями ребёнка и как формируют у детей умения и навыки, а также личностные качества. Это умение играть с игрушками, а также общение с взрослыми и детьми и самостоятельное обслуживание себя, т.е. одеваться, раздеваться, кушать аккуратно, мыть руки после прогулки и перед едой, ходить в туалет и т.д.

А если ребёнок приходит в детский сад из семьи, где не были созданы условия для его правильного развития, то соответственно ему будет очень трудно привыкать к условиям ДОУ.

Шестая причина зависит от уровня тренированности адаптационных механизмов, а это опыт общения со сверстниками и взрослыми. Это не происходит само по себе. Для этого нужно создавать условия, которые помогут ребёнку вести себя по-новому. Те дети, которые неоднократно посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу или бывали на различных праздниках и мероприятиях посвящённых детям и занятиям с детьми, легче привыкают к детскому саду. Очень немаловажно, чтобы у ребёнка сложились доверительные отношения со взрослыми и умение относиться положительно к требованиям взрослых.

Как мы определяем окончание адаптационного периода?

1. Бодрое эмоциональное состояние ребёнка.
2. Глубокий сон.
3. Хороший аппетит.
4. Прибавка в весе, соответствующая возрасту.
5. Активное поведение.
6. Полное восстановление имеющихся привычек и навыков.

И для того, чтобы снизить напряжение ребёнка в период адаптации, нужно переключить внимание ребёнка на игры. Потому что это одна из деятельностей, которая приносит ему удовольствие.

Например, такие игры как: «Наливаем, выливаем, сравниваем» Берётся чашка с водой и лейка, например, ребёнок набирает воду в лейку и выливает её в чашку, «Рисунки на песке» Рассыпается манная крупа на подносе, разглаживается и ребёнок может рисовать

на манке пальчиками, «Разговор с игрушкой» Надевается на руку перчаточная игрушка взрослому и ребёнку и начинается диалог между двумя игрушками и т.д.

А теперь обращение к родителям: «Уважаемые родители, чаще играйте со своими детьми. Чем больше дети будут окружены любовью и заботой с вашей стороны, тем легче им будет пройти адаптационный период в ДОУ»

Воспитатель ГБДОУ54 Фрунзенского района:

Витушко Татьяна Валерьевна.