Адаптация детей раннего возраста

к условиям детского сада

(1 младшая группа)

Поступление ребёнка в детский сад всегда сопряжено с большими психологическими трудностями, связанными с переходом из знакомой и обычной семейной обстановки в среду дошкольного учреждения. Здесь всё оказывается новым, непривычным, а иногда даже пугающим: необычный интерьер, встреча с незнакомыми детьми и взрослыми, непривычно большое число сверстников, новые формы общения, коллективные игры и занятия, сон в общей комнате. Дети по-разному переносят трудности, связанные с адаптацией к дошкольному учреждению. В первое время после поступления в детский сад у нервного, впечатлительного ребёнка может нарушаться сон и аппетит, он неохотно играет со сверстниками, часто старается спрятаться, уйти в тихий уголок и т. п. Родителям необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребёнком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Вот почему некоторые дети в период адаптации могут болеть.

У некоторых ребят происходит потеря уже имеющихся навыков. Например, дома просился на горшок, а в детском саду отказывается. Не волнуйтесь и ни в коем случае не стыдите, не ругайте малыша. Пройдёт неделя, другая, и все навыки у него восстановятся.

Мы говорим «могут», потому что все перечисленные выше нарушения в поведении ребёнка в период адаптации, а следовательно, и его заболевания не обязательны. Родители должны совместно с детским учреждением, приложить все усилия к тому, чтобы помочь малышу приспособиться к новым условиям с минимальными потерями в физическом и психическом здоровье.

После двух лет приспособление к новым условиям происходит несколько быстрее, т. к. имеется подвижность нервных процессов. Дети становятся более мобильными, их можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями, они хорошо понимают речь взрослого, их легче успокоить, у них есть опыт общения с разными людьми.

Однако не следует забывать, что дети одного и того же возраста по-разному привыкают к новым условиям. Это зависит от индивидуальных особенностей их нервной системы.

Для облегчения адаптации ребёнка к детскому саду надо заблаговременно подготовить его к этому нелёгкому этапу жизни.

- Заранее следует приблизить весь домашний режим ребёнка к распорядку детского сада: ранний подъём, утренняя гимнастика, завтрак, обед, полдник, ужин, в те же часы, что и в детском саду.

- В детский сад дети должны поступать, имея навыки самообслуживания: самостоятельно ходить в туалет или пользоваться горшком, одеваться и раздеваться (взрослые могут только помогать), пользоваться столовыми приборами и салфеткой, пить из чашки и т. п.

- Кроме того, необходимо своевременно развивать у ребёнка чувство коллективизма, умение ладить с другими детьми, послушание. В детском саду все игрушки будут общими, а ребёнок должен будет подчиняться общим требованиям.

- В течение нескольких дней можно приводить ребёнка в детский сад на короткое время, постепенно «переключая» его на воспитателя.

- В детский сад целесообразно отдавать ребёнка в первые осенние месяцы, когда дети много времени проводят на свежем воздухе.

- Родителям следует прислушаться к просьбам воспитателей – приносить из дома игрушки, книги ребёнка. Легче адаптироваться к дошкольному учреждению помогут малышу знакомые предметы из семейного окружения.

- Родители также должны помогать воспитателям и детям в подготовке праздников, утренников, в оформлении групп. Ребёнок не должен чувствовать себя хуже других детей, завидовать им или стыдиться своих родителей.

- Чтобы ни случилось, нельзя выяснять отношения с воспитателем в присутствии ребёнка. Постоянный контакт с педагогом детского сада позволит родителям избежать многих просчётов в воспитании ребёнка и его обучения.

О том, что период адаптации ребёнка к детскому саду закончился успешно, родители узнают по его поведению: у него хорошее настроение, он редко капризничает и спокойно ложиться спать. Его можно оставить одного, за ним не нужно постоянно присматривать, у него появляются новые друзья, с которыми он охотно играет.

Когда ребёнок привыкает к детскому саду, у него начинается интересная жизнь. Здесь он получит много нового и полезного. Педагоги утверждают, что дети, выросшие в детском саду, легче устанавливают разнообразные контакты в обществе, чем те, которые воспитывались в дома. Они лучше могут согласовывать свои действия с действиями других детей и взрослых, контролировать свои эмоции, а позднее им легче бывает приспособиться к требованиям школы. Конфликты, переживаемые воспитанниками детского сада, нередко даже идут им на пользу, они учатся отстаивать свои интересы и закаляются психологически.