

Первый раз в детский сад

Рекомендации для родителей по подготовке ребенка в детский сад

Тищенко М.А., воспитатель

Адаптация- это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Всем известно, что начало учебного года – трудный период для детей раннего возраста, к это время привыкания к новым для них условиям. Из привычного мира семьи малыши попадают в совершенно новые условия детской среды. Поэтому вполне понятно, почему дети с первых дней посещения плачут, тяжело переживают разлуку с мамой.

Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции.

Главным критерием успешной адаптации является готовность родителей. Пока хотя бы один из родителей сомневается в необходимости отдавать ребенка в детский сад, ребенок не будет готов. Практика показывает, что дети, родители которых воспринимают детский сад как единственный и самый оптимальный вариант, привыкают к нему значительно легче. если решение уже принято, перестаньте волноваться. все будет хорошо. не проецируйте свою тревогу на ребенка, не обсуждайте при нем возможных осложнений. Не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя малышу идиллические картины его жизни в детском саду. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости.

В чем же лежат причины тяжелой адаптации к условиям детского сада?

Основных причин несколько:

- Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада;
- Наличие у ребенка своеобразных привычек (сосание соски, укачивание при укладывании и т. д.)
- Неумение занять себя игрушкой;
- Несформированность элементарных навыков;
- Отсутствие опыта общения с незнакомыми детьми и взрослыми.

Необходимое условие успешной адаптации- согласованность действий родителей и воспитателей.

Не забудьте похвалить ребенка, когда ваши расставания начнут проходить спокойно.

Возрастные особенности детей раннего возраста (1,5-2 года)

Период раннего детства имеет ряд качественных физиологических и психических особенностей, которые требуют создания специальных условий для развития детей этого возраста. Помимо того, что период раннего детства – один из самых насыщенных в познавательном аспекте из всех возрастных

периодов, в настоящее время наблюдается заметная акселерация развития, которая отражается на результатах развития детей раннего возраста. Многие дети имеют более высокие показатели уже к моменту рождения, раньше начинаются процесс прорезывания зубов, хождения, говорения. Опережающим отмечается и социальное развитие, значительно раньше отмечается кризис трех лет. Повышенная ранимость организма ребенка, недостаточная морфологическая и функциональная зрелость органов и систем (быстрый темп развития осуществляется на весьма неблагоприятном фоне – при незрелости психофизиологических функций организма, а это повышает ранимость). Малыши в большей степени подвержены заболеваниям из-за несовершенства деятельности внутренних органов, высокого уровня утомляемости, им трудно переключиться с одной деятельности на другую, соответственно, доминантой становится процесс возбуждения и как следствие – неустойчивое эмоциональное состояние. Взаимосвязь физического и психического развития – это общая закономерность, присущая любому возрасту, но в раннем детстве она проявляется особенно ярко, потому что в этот период происходит становление всех функций организма. Именно в раннем детстве учеными отмечается наиболее прочная связь и зависимость умственного и социального развития от физического состояния и настроения ребенка (например: ухудшение здоровья отражается на отношении к окружающему; снижается восприимчивость, притупляется ориентировочная реакция, дети теряют приобретенные умения: речевые, двигательные, социальные). Яркая специфика психофизиологических и индивидуальных различий (особенно в раннем возрасте важно учитывать индивидуальные, психофизиологические различия – уровень активности, регулярность биоритмов, степень комфортности при адаптации любого вида; настроение, интенсивность реакций, порог чувствительности, отвлекаемость, упорство и внимание). Этому возрасту свойственно удовлетворение ребенком естественных психофизиологических потребностей: - сенсомоторной потребности; - потребности в эмоциональном контакте; - потребности во взаимодействии и общении со взрослыми; вербально-невербальное общение; игровое и деловое общение в 1.5-2 года). Специфичностью проявления нервных процессов у ребенка являются: - легкость выработки условных рефлексов, но при этом же – сложность их изменения; - повышенная эмоциональная возбудимость; - сложность переключения процессов возбуждения и торможения - повышенная эмоциональная утомляемость. Развитие детей раннего возраста имеет свою неповторимую специфику, что выражается в тесной взаимосвязи физиологических и психологических компонентов.

Рекомендации по подготовке ребенка к детскому саду

1. Следует обратить внимание на домашний режим питания и сна и постепенно приблизить его к тому режиму, который будет в детском саду.
2. Нужно постепенно формировать навыки общения ребенка со сверстниками: можно гулять с ним на участке детского сада и привлекать к совместной деятельности с другими детьми.

3. Постепенно приучайте малыша к самостоятельности и доступному для его возраста самообслуживанию.
4. Следует рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы он туда пошел.
5. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.
6. Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в дошкольное учреждение.
7. Психологи выявили четкую закономерность между развитием предметной деятельности ребенка и его привыканием к детскому саду. Легче всего адаптируются малыши, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками. Впервые попав в ясли, они быстро откликаются на предложение поиграть, с интересом исследуют новые игрушки. Для ребенка, умеющего играть, не составит труда войти в контакт с любым взрослым.
8. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, так ему будет легче отпустить вас.
9. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.
10. Убедитесь в собственной уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы дошкольному учреждению.
11. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и детьми. В этом помогает посещение прогулок в детском саду. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.
12. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес дошкольного учреждения и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
13. Примерно за неделю до первого посещения детского сада следует предупредить малыша, чтобы он спокойно ожидал предстоящее событие.

Приемы, облегчающие ребенку утренние расставания:

1. Научитесь прощаться с ребенком быстро. Не затягивайте расставание. Ребенок почувствует ваше беспокойство за него, и ему будет еще труднее успокоиться.

2. Положите малышу в кармашек какую-нибудь памятную вещицу, которая будет напоминать о вас и о том, как сильно вы его любите.
3. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
4. Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.
5. Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку.
6. Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он ни закатывал, он все равно пойдет в детский сад. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.

Заключение

Таким образом, выполнение советов воспитателя, поможет ребенку быстрее справиться с трудностями периода адаптации. Признаками завершения адаптации является хорошее самочувствие малыша, хороший аппетит, крепкий сон, доброжелательное отношение к сверстникам, воспитателям.

Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать ребенку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский сад хорошим, не допускайте непоправимую ошибку- не считайте, что он заменяет ребенку семью.

Литература:

1. Детство: примерная образовательная программа дошкольного образования/ Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. - Спб.: ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2014.- 352 с.
2. Белкина Л. В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ:/ Л. В. Белкина- Воронеж: Учитель.- 2004.- 236 с.
3. О.Г. Заводчикова. Адаптация ребенка в детском саду. М., Просвещение, 2007