

Адаптация детей в ДОУ

Рекомендации для родителей

Адаптация — это приспособление или привыкание организма к новой обстановке.



Лёгкая степень адаптации



К двадцатому дню пребывания в ДОУ у ребёнка нормализуется сон, он нормально начинает есть. Настроение бодрое, заинтересованное, в сочетании с утренним плачем. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребёнок поддаётся ритуалам прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может быть безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающему восстанавливается в течение двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребёнок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Заболеваемость не более одного раза, сроки не более десяти дней, без осложнений. Вес без изменений. Признаки невротических реакций и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют.

Средняя степень адаптации

Нарушения в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон восстанавливается лишь через 20-40 дней, качество сна тоже страдает. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Поведенческие реакции



восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОУ. Отношение его к близким — эмоционально — возбуждённое (плач, крик при расставании и встрече). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется, либо речевая активность замедляется. В игре ребёнок не пользуется приобретёнными навыками, игра ситуативная. Отношение к взрослым избирательное. Заболеваемость до двух раз, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется или несколько снижается. Появляются признаки невротических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определённых условиях. Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щёки, шелушение кожи (диатез) — в течение полтора-двух недель.

Тяжёлая степень адаптации



Ребёнок плохо засыпает, сон короткий, вскрикивает, плачет во сне, просыпается со слезами; аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды, невротическая рвота, функциональные нарушения стула, бесконтрольный стул. Настроение безучастное, ребёнок много и длительно плачет, поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в ДОУ. Отношение к близким — эмоционально — возбуждённое, лишённое практического взаимодействия. Отношение к детям: избегает, сторонится или проявляет агрессию. Отказывается от участия в деятельности, речь не используется или имеет место задержка речевого развития на 2-3 периода. Игра ситуативная, кратковременная.

Итак, чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, необходима подготовительная работа с ним. Помогут в этом следующие советы:

- f* Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах, ходите на дни рождения друзей, новогодние праздники...
- f* Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т.д.), при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.
- f* О предстоящем поступлении в детский сад беседуйте с ним, как о радостном событии. Воздержитесь говорить о собственных опасениях в присутствии ребенка.
- f* Придите заранее в детский сад и познакомьтесь с обстановкой, с детьми, с воспитателями... Лучше это сделать, когда дети гуляют на улице или играют в групповой комнате.
- f* Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.
- f* В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Не оставляйте ребенка на целый день. Не опаздывайте, хотя бы в первые дни забирайте ребенка вовремя.
- f* Дайте ребенку в детский сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а наутро снова с нею встретиться. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете, как ребенку удается привыкнуть к детскому саду.
- f* Поиграйте с ребенком с домашними игрушками в детский сад, распределите роли детей, воспитателей. Помогите игрушке найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя на игру на положительные результаты.
- f* Впервые дни ребенок должен пребывать в группе не более 2-3 часов.
- f* В период адаптации эмоционально поддерживайте ребенка. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите ребенку: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой! У тебя все получится!»
- f* Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже на полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.
- f* С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.

Адаптация детей в ДОУ

Рекомендации для педагогов

- f* Создайте эмоционально-благоприятную атмосферу в группе.
- f* Узнайте у родителей ребенка о его привычках и интересах до его поступления в сад.
- f* Правильно организуйте игровую деятельность к успешной адаптации.
- f* Называйте ребенка ласковым именем, как дома.
- f* Используйте отвлекающие моменты при расставании, плаче.
- f* Используйте элементы телесной терапии (обнимание, поглаживание, игры с прикосновением).
- f* Используйте игры на сближение детей друг с другом.
- f* Не отучивайте во время адаптации от вредных привычек (соска, бутылочка, пустышка).
- f* Будьте доброжелательны, терпеливы и улыбкивы.
- f* Разрешайте ребенку брать любимую игрушку в кровать.



Автор – составитель: Трубачева Кристина Вадимовна

www.ylubka.caduk.ru