

Рекомендации родителям по адаптации детей 2–3 лет в детском саду

После 2-х лет дети значительно легче могут приспосабливаться к новым условиям жизни. Это объясняется тем, что к этому возрасту, они становятся более любознательными, хорошо понимают речь взрослого, у них более богатый опыт поведения в разных условиях. Такого ребенка можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями.

О развитии ребенка, поступающего в дошкольное учреждение, можно судить по основным бытовым навыкам.

В 2 года ребенок: ест аккуратно, не облизываясь; при умывании трет ладони и части лица, вытирается при помощи взрослого; самостоятельно одевается (натягивает носки, шапку, обувь при незначительной помощи взрослого, частично раздевается; знает места хранения одежды, обуви, игрушек и посуды; пользуется носовым платком (при напоминании); контролирует физиологические потребности.

В 2 года 6 месяцев ребенок: одевается и раздевается с незначительной помощью взрослого; расстегивает и застегивает одну-две пуговицы.

К 3 годам ребенок: одевается с незначительной помощью взрослого, а раздевается самостоятельно; складывает свою одежду перед сном; застегивает несколько пуговиц, завязывает (связывает) шнурки; знает назначение многих предметов и их местонахождение; выполняет поручения из двух-трех действий (отнеси, поставь, принеси); умеет мыть руки с мылом, умываться, вытираться полотенцем; замечает беспорядок в своей одежде, пользуется носовым платком; регулирует свои физиологические потребности; вытирает обувь при входе в квартиру; аккуратно ест, правильно держит ложку, пользуется салфеткой; не выходит из-за стола до конца еды и не мешает за столом другим; говорит слова благодарности, здоровается, прощается.

Адаптация — это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Каждый малыш привыкает к новому окружению по-своему. Кому-то на адаптацию в детском саду нужна всего лишь неделя, а кому-то и целый месяц. Продолжительность этого периода зависит от многих факторов: это и темперамент малыша, и состояние его здоровья, и обстановка в семье, и мотивация малыша, и готовность родителей к этому периоду.

Очень важно, сможет ли ваш малыш успешно адаптироваться к детскому саду, и помочь ему в этом — задача не только воспитателей. В первую очередь — это забота мамы и папы.

Необходимое условие успешной адаптации – согласованность действий родителей и воспитателей.

Воспитатели сами скажут Вам, когда можно будет оставить ребенка до обеда, на сон и т. д. Прислушайтесь к их мнению.

У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. При нормальной адаптации у ребенка быстро восстанавливаются поведенческие реакции.

Подготовку ребёнка к детскому саду желательно начать за несколько месяцев до начала его посещения.

Познакомьтесь с режимом дня того детского сада, в который вы планируете ходить, и постепенно начинайте приучать к нему своего малыша.

Рассказывайте ребёнку о том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток в детский сад, туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия. Расскажите, что в садике дети едят и спят, там у каждого есть кровать, шкафчик, полотенце.

Если есть выбор — желательно, чтобы садик находился недалеко от дома, если дорога в садик будет слишком длинной, то это, как и необходимость раннего подъема, будет утомлять ребенка.

Постарайтесь расширить круг общения ребенка — чаще ходите с ним в гости, обсуждайте, что делают и как ведут себя дети на детской площадке, поощряйте и поддерживайте его инициативу в общении с окружающими.

Если ребенок очень тяжело переживает разлуку с матерью, то желательно, чтобы первые несколько недель ребенка отводил отец, бабушка или дедушка. Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии и ускорит адаптацию.

Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность.

В адаптационный период нежелательно разрушать любые привычки, в том числе и вредные (например, если ребенок сосет палец, не засыпает без соски или игрушки и т. п., так как это осложнит приспособление к новым условиям. На момент поступления в детский сад необходимо предупредить воспитателя о «особых» привычках ребенка, если таковые имеются.

Если у ребенка есть любимая игрушка, книжка или фотография с папой и мамой, пусть он берет ее с собой в детский сад, предварительно согласовав это с воспитателем.

Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь.

Если кроха возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!» Не формируйте образ детского сада как места, которым наказывают.

Уходя – уходите. Не травите себе душу, подслушивая под дверь. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

Ребенок целый день не видит родителей. Когда он приходит домой, ему нужно от мамы с папой то, чего он не получает в садике: участия, позитивного внимания взрослых и возможности выговориться. Поэтому, приведя кроху домой, не бросайтесь сразу выполнять домашние дела. Побудьте с ним вдвоем, поиграйте или почитайте вместе. Дети разные. Для одного будет достаточно музыки и сказок в садике, и он предпочтет побегать по двору перед сном. Другой, напротив, набегался за день и с удовольствием послушает интересную историю.

Необходимо подчеркивать, что ребенок по-прежнему дорог и любим .

Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении – неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садике, но и продемонстрирует ему, что есть другой вариант, которого можно всеми силами добиться. После недельного пребывания все результаты, которых достиг ребенок по привыканию к детскому саду могут исчезнуть и придется начинать все с самого начала!

Необходимо тщательно одевать ребенка на прогулку, чтобы он не потел и не замерзал, чтобы одежда не стесняла движений ребенка и соответствовала погоде.

Дорогие родители! Вы - первые и самые важные учителя Вашего ребенка, первая его школа - Ваш дом - окажет огромное влияние на то, что он будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей.

В свою очередь родители должны внимательно прислушиваться к советам педагога, принимать к сведению его консультации, наблюдения и пожелания. Если ребенок видит хорошие, доброжелательные отношения между своими родителями и воспитателями, он гораздо быстрее адаптируется в новой обстановке.