

АДАПТАЦИЯ

Как подготовить ребёнка к поступлению

в группу раннего возраста

Мы убеждены, что к поступлению в ясли ребёнка нужно готовить заранее. Родители обычно много говорят об этом. Но большинство из них всерьёз не озабочены этой проблемой. Многие дети приходят в ясли с целым букетом вредных привычек, но это не самое страшное. Основные трудности возникают в период привыкания ребёнка к режиму дошкольного учреждения, если дома он жил совсем в другом ритме. Малыш и так находится в состоянии психоэмоционального напряжения, потому что он оторван от знакомой обстановки, родных лиц, привычного общения, а к этому добавляется ещё и физиологический стресс, вызванный ломкой привычного режима дня. Если вы хотите помочь своему ребёнку в адаптационный период, вот некоторые рекомендации.

Родители должны за летний период постепенно максимально приблизить режим дня в семье с режимом детского сада.

Мы рекомендуем родителям в этот период чаще бывать с малышом в «обществе», чтобы он привыкал видеть вокруг себя незнакомые лица, попадал в другую среду.

Но основное внимание родители должны уделить здоровью ребёнка. Ослабленные дети адаптируются к условиям детского сада значительно хуже и дольше по времени.

У многих детей во время адаптации наблюдается:

- Эмоциональная напряжённость
- Беспокойство или заторможенность
- Может нарушиться сон, аппетит
- Очень бурно протекают разлуки и встречи с близкими
- Ребёнок может много плакать
- Чаще болеет
- В период адаптации многие малыши стремятся к постоянному контакту со взрослым, сторонятся сверстников.
- В этот период может падать уровень речевой активности, хуже запоминаются новые слова.
- У некоторых детей адаптация может длиться до полугода.

В связи с этим мы склонны к щадящей адаптации и по желанию родителей рекомендуем находиться малышу в ясельной группе в первые дни пребывания не полный день, а всего несколько часов. По мере привыкания время пребывания ребёнка в группе увеличивается.

Далее, чтобы адаптация проходила мягче, советуем приводить малыша по утрам, по возможности, кому-то одному, будь то мама, папа, бабушка или другие родственники. Так ребёнок быстрее привыкнет расставаться с ними.

Немаловажно приучать малышей к самостоятельности: правильно держать ложку, надевать штанишки, колготки, застёгивать липучки на обуви, пользоваться носовым платком, горшком, мыть руки, поднимая рукава, убирать игрушки.

Не забывайте и об эмоциональном доброжелательном микроклимате в семье, отношении папы и мамы друг к другу и к другим членам семьи. Исключите стрессовые ситуации, старайтесь не реагировать на эмоциональные всплески малыша, так характерные в период адаптации, раздражением, упрёками. Наберитесь терпения!

Рассказывайте о детском саде в присутствии малыша только положительное. Не запугивайте ребёнка детским садом!

А рассказывайте малышу, что в группе его ждут добрые тётки, новые друзья, интересные игрушки. Я желаю всем родителям удачи в воспитании. А мы ждём ваших деток. Добро пожаловать!