

Рекомендации родителям в период адаптации детей младшего возраста к условиям ДОУ

В период адаптации взаимодействие воспитателя с родителями приобретает особое значение. Ни родитель, ни педагог не могут облегчить процесс адаптации в одиночку.

Основными формами работы детского сада и семьи в адаптационный период являются:

- консультации;
- анкетирование;
- родительские собрания;
- беседы;
- папки передвижки.

Каждый родитель получает памятку о том, как помочь своему ребенку легче адаптироваться к условиям детского сада. Необходимое условие успешной адаптации - согласованность действий родителей и воспитателей, сближение подходов к индивидуальным особенностям ребенка в семье и детском саду.

Целесообразно рекомендовать родителям в первые дни приводить ребенка только на прогулку - так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить ребенка не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамами.

Задача воспитателя – познакомить родителей с условиями пребывания детей в ДОУ: пригласить их осмотреть групповые помещения, показать шкафчик, кровать, игрушки, рассказать, чем ребенок будет заниматься, во что играть, познакомить с режимом дня, вместе обсудить, как облегчить период адаптации.

Маленькие дети очень привязаны к маме. Ребенку хочется, чтобы мама все время была рядом. Поэтому очень хорошо иметь в группе «семейный» альбом с фотографиями всех детей группы и родителей. В этом случае малыш в любой момент сможет увидеть своих близких и уже не так тосковать вдали от дома.

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.

Формирование у ребенка чувства уверенности.

Одна из задач адаптационного периода - помочь ребенку как можно быстрее и безболезненнее освоиться в новой ситуации, почувствовать себя увереннее, хозяином ситуации. А уверенным малыш будет, если узнает и поймет, что за люди его окружают; в каком помещении он живет и т.д. Решению этой задачи, начиная с первого дня пребывания в саду, посвящается все первое полугодие (до января).

Для формирования чувства уверенности в окружающем необходимо:

- знакомство, сближение детей между собой;
- знакомство с воспитателями, установление открытых, доверительных отношений между воспитателями и детьми;
- знакомство с группой (игровая, спальная и др. комнаты);
- знакомство с детским садом (музыкальный зал, медкабинет и др.);
- знакомство с педагогами и персоналом детского сада.

На протяжении всего адаптационного периода необходимо проводить игровые занятия, основными задачами которых являются: преодоление стрессовых состояний у детей, эмоционального и мышечного напряжения; снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии; развитие навыков взаимодействия детей друг с другом; развитие речевой активности, восприятия, внимания; развитие общей и мелкой моторики, координации движений; развитие игровых умений и навыков. Можно рекомендовать такие игры, как: «Уложим куклу Катю спать», «Ох красивый теремок – очень-очень он высок», «Чаепитие», «Устроим кукле комнату», «Мы встречаем гостей», «Купание куклы Кати», «Встреча с доктором Айболитом», «Рассмешим наши игрушки».

Показателями окончания адаптационного периода являются:

- спокойное, бодрое, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями;
- уравновешенное настроение в течение дня; адекватное отношение к предложениям взрослых;
- общение с ними по собственной инициативе;
- умение общаться со сверстниками, не конфликтовать;
- желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца;
- спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени;
- спокойный ночной сон, без просыпания до утра.

Если малыш с радостью и много говорит о детском саде, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел, можно считать, что адаптационный период закончился.

Таким образом, продуктивного взаимодействия педагогов и родителей воспитанников будут способствовать, по нашему мнению, повышению эффективности процесса адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОО.

Детский сад в вопросах и ответах

В детском саду может измениться многое: перекрасят стены, купят новые игрушки, сменят мебель, придут новые дети, новые воспитатели... и только одно будет неизменно - это радостно-тревожное состояние родителей и детей пришедших в детский сад впервые.

Как долго ждали всей семьей путевку в детский сад!

А вот теперь ... Какая- то адаптация... Как отдать любимое чадо в чужие руки? А если ребенок будет плакать? Во что одеть? А как быть, если мы заболеем? А не голоден ли? ...

Эти вопросы вводят любящих родителей в стрессовое состояние. Давайте же еще раз разберемся с проблемами в период поступления в детский сад.

Итак, у вас и вашего ребенка наступает новый период жизни. А сложности в период привыкания к новым условиям жизни называют АДАПТАЦИЕЙ (от лат. *adaptatio* — приспособление). У каждого ребенка она индивидуальна и длится, по наблюдениям, от 1 до 12 месяцев.

Чтобы как можно быстрее произошла адаптация ребенка к посещению детского сада, начинать готовиться к этому событию, конечно же надо заранее.

Узнайте о режиме дня детского сада, куда вы предполагаете водить ребенка, и начните подстраивать себя и ребенка под него. Это значительно снизит трудности адаптации.

Ну, а теперь коротко обо всем.

Первое время не оставляйте ребенка в саду надолго.

Сначала часа на два (возможно на прогулке), потом до обеда, затем на сон, до полдника и лишь потом до вечера. Желательно забрать ребенка тогда, когда он еще не устал. Воспитатели помогут вам определить, как долго находиться вашему ребенку в саду на определенном этапе адаптации. И будьте уверены, что если вашему ребенку станет «нестерпимо», воспитатель вас обязательно вызовет, ведь ваш телефон у него под рукой.

Постарайтесь придерживаться тех правил гигиены, что и в саду.

Не настаивайте на пользовании унитазом, если в саду дети используют горшки. Предоставляйте ребенку право самостоятельно мыть руки и лицо, а уж после корректируйте. Учите ребенка быть опрятным даже дома, самостоятельно следить за чистотой одежды. А в саду обязательно нужно оставить запас чистого белья и одежды для переодевания.

Отрегулируйте время, правила приема пищи и меню.

Не приучайте ребенка к перекусам - в саду их не будет. Учите ребенка есть сидя за столом, а не на руках или сидя на ковре. Подружите ребенка с ложкой и учите правильно ее держать. Если еще не получается, воспитатели помогут вам.

Дневной сон нужен ребенку не только в детском саду, но и дома.

Следуйте этому правилу, и это поможет решить не только проблемы с вашей усталостью, но поможет в сохранении здоровья и развитии ребенка.

Одежда должна быть удобной, комфортной и легко одевающейся.

Научиться одеваться и пользоваться одеждой на примере «экстремальной», очень сложно. Модная, пачкающаяся, вся в застёжках, пуговицах и шнурках ... такая одежда не для детей. Особое внимание уделите на удобство застёжек. Оградите ребенка и от претензий об испачканной одежде. Учите одеваться самостоятельно.

Игрушки в детский сад лучше вообще не носить.

Но в период адаптации игрушка может служить ребенку «успокоительной пилюлей». И главное здесь не количество и не дороговизна игрушек.

Придумайте ритуал прощания с ребенком.

Многие дети при расставании с мамой плачут, но чаще всего это просто ритуал прощания, придуманный ребенком. Измените этот ритуал, и расставание будет без слез.

Например: первое время ребенка в сад водит один член семьи, а провожают (из квартиры) все.

Оставьте в кабинке «ключ от дома» и договоритесь с ребенком, что вы вернетесь домой вместе, а пока вы идете по делам.

Никогда не нарушайте обещаний, данных ребенку.

Лучше забрать ребенка раньше без предупреждения (сюрпризом), чем не выполнить своего обещания из-за изменившихся планов.

Подружитесь с воспитателями.

Помните, что воспитатели тоже заинтересованы в том, чтобы адаптация происходила безболезненно для вашего ребенка, тем более что эти люди будут рядом с вашим ребенком и после нее.