

Рекомендации для родителей, ребенок которых впервые идет в детский сад

1. Сформируйте у себя положительное отношение к детскому саду, настройте себя на то, что ребенку здесь будет хорошо, он будет ухожен, окружен вниманием, он получит поддержку.
2. Избегайте любых негативных разговоров в семье о детском саде в присутствии ребенка, поскольку они могут сформировать у него негативное отношение к посещению детского сада.
3. Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье.
4. Заранее позаботьтесь о том, чтобы распорядок дня ребенка дома был приближенным к распорядку дня в детском саду (ранний подъем, время дневного сна, приема пищи, прогулки).
5. Ознакомьтесь с режимом питания и меню в саду. Учите ребенка есть не перетёртые блюда, пить из чашки, приучайте держать ложку.
6. Отучите ребенка от подгузников.
7. Дайте ребенку в садик любимую игрушку.
8. Учите ребенка узнавать свои вещи: белье, одежда, обувь и т.п.
9. Учите играть с игрушками. Скажем, куклу можно кормить, качать, качать; пирамидку - собирать, разбирать.
10. Приучайте ребенка после игры складывать игрушки на место.
11. Поиграйте дома в детский сад с куклами: покормите их, почитайте сказку, уведите на прогулку, положите спать.
12. Воспитывайте у ребенка позитивный настрой и желание общаться с другими детьми.
13. Подготовьте для малыша индивидуальные вещи: обувь и одежда для группы, 2-3 комплекта сменного белья и другие необходимые вещи.
14. Сообщите медсестре о состоянии здоровья малыша.

Группы адаптации

В зависимости от указанных факторов адаптация ребенка к условиям дошкольного учреждения может приходиться по-разному. Выделяют группы детей с «легкой адаптацией», «адаптацией средней тяжести», и с «тяжелой адаптацией».

При «легкой адаптации» отрицательное эмоциональное состояние ребенка длится недолго. В первые дни у него ухудшается аппетит и сон, он вяло играет с другими детьми. Но в ходе дальнейшего привыкания к новым условиям все это приходит в течение первого месяца пребывания ребенка в детском саду.

При «адаптации средней тяжести» эмоциональное состояние ребенка нормализуется медленнее. В течение первого месяца он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Болезнь длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

При «тяжелой адаптации» эмоциональное состояние ребенка нормализуется довольно медленно. Иногда этот процесс длится несколько месяцев. За этот период ребенок или болеет еще раз, часто со значительными осложнениями, или проявляет стойкие нарушения поведения (пытается спрятаться, куда выйти, сидит и зовет маму и т.д.). У таких детей наблюдается бурная негативная эмоциональная реакция и негативное отношение к окружающему детскому учреждению в первые дни, потом это поведение довольно часто меняется вялым, равнодушным состоянием.

Легкую адаптацию и в определенной степени адаптацию средней тяжести можно считать закономерной реакцией детского организма на измененные условия жизни. Тяжелая же адаптация свидетельствует о чрезмерности психоэмоциональных нагрузок на организм ребенка и требует соответствующего внимания как со стороны воспитателя и родителей ребенка, так и со стороны психолога.