

Адаптація дитини до дитячого садка

Адаптація – це пристосування організму до нової ситуації, а для дитини дитячий садок, поза сумнівом, є новим, ще невідомим простором, із новим оточенням і стосунками.

Чи у всіх дітей однакова поведінка при вступі в садок? Ні. Одні діти впевнені, вибирають гру, йдуть на контакт із дітьми й дорослими, інші – менш упевнені, більше спостерігають, деякі – виявляють негативізм, небажання йти в групу, відхиляють усі пропозиції, бояться відійти від батьків, голосно плачуть.

Причини такої поведінки різні: відсутність режиму вдома, невміння гратися, не сформованість навичок самообслуговування. Проте основна причина – недостатній досвід спілкування з однолітками та дорослими.

Щоб процес пристосування дитини до нових умов пройшов максимально безболісно, необхідно приготувати її до цього.

ПОРАДИ БАТЬКАМ ЩОДО АДАПТАЦІЇ МАЛЮКА

Шановні батьки! Усвідомте, що Ваше власне хвилювання передається дитині підсвідомо. Щоб запобігти цьому, заздалегідь познайомтеся з вихователями та особливостями організації життя в групі.

У період адаптації дітей до нових умов дошкільного закладу будьте особливо уважними до їх поведінки, настрою, самопочуття. Дуже важливо вранці створювати атмосферу гарного настрою, бо це великою мірою зумовлює успіх протягом усього дня перебування в дитячому садочку: будіть дитину лагідним словом, м'яким дотиком руки до чола, з теплою посмішкою.

В перші дні відвідування садка залишайте дитину на 1 – 2 год. в групі, потім поступово збільшуйте час перебування на одну годину. Не запізнюйтеся – забирайте дитину вчасно. Обов'язково говоріть дитині, що мама завжди повертається за нею.

Підпорядкуйте домашній режим режиму роботи дитячого садка, особливо дотримуйте часу вкладання спати і період харчування.

Поступово формуйте навички спілкування дитини з однолітками: гуляйте з нею на ділянці дитячого садка, залучайте до спільної діяльності з іншими дітьми.

Привчайте малюка до самостійності й доступного для його віку самообслуговування: вчіть одягатися, роздягатися, акуратно їсти, користуватися носовичком, вмиватися.

Розповідайте дитині, що таке дитячий садок, навіщо туди ходять діти, чому ви хочете, щоб вона туди пішла. Дайте малюку позитивну перспективу: розкажіть, що в дитячому садочку багато іграшок, діток, і їй там буде добре, цікаво, весело.

Докладно розповідайте дитині про режим дитячого садка: що, як і в якій послідовності вона робитиме. Чим докладнішою буде ваша розповідь, і чим частіше ви будете її повторювати, тим спокійніше й впевненіше почуватиметься ваш малюк, коли піде у дошкільний заклад.

Проходячи повз дитячий садок, з радістю нагадуйте дитині, як їй пощастило – восени вона зможе ходити сюди. Розповідайте рідним і знайомим у присутності малюка про свою удачу, кажіть, що пишаєтеся своєю дитиною, адже її прийняли до дитячого садка.

Учіть дитину гратися. Найлегше адаптуються малюки, які вміють довго, різноманітно й зосереджено діяти з іграшками. Уперше потрапивши до дитячого садка, вони швидко відгукуються на пропозицію погратися, з цікавістю досліджують нові іграшки. Дитина, яка вміє гратися, легко йде на контакт з будь-яким дорослим.

Пам'ятайте, що на звикання дитини до дитячого садка може знадобитися до півроку. Розраховуйте свої сили, можливості й плани.

Переконайтеся у тім, що вашій родині дитячий садок необхідний саме зараз. Будь-які ваші коливання дитина використовуватиме для того, щоб протистояти відвідуванню дитячого садка. Легше й швидше звикають діти, батьки яких не мають альтернативи дошкільному закладу. Не залишайте дитину дома без причини, дитина адаптується швидше, коли відвідує садок постійно.

Чим з більшою кількістю дітей і дорослих, з якими дитина спілкуватиметься у дитячому садку, вона побудує стосунки, тим швидше вона звикне. Допоможіть їй у цьому. Pozнайомтеся з іншими батьками та дітьми. Чим ближчими будуть ваші стосунки з вихователями, іншими батьками та їхніми дітьми, тим простіше буде звикнути вашій дитині.

Ніколи не лякайте дитину дитячим садком.

Приблизно за тиждень до першого відвідування садочка попередьте дитину про це, щоб вона спокійно очікувала майбутню подію.

Навчіться прощатися з дитиною швидко. Не затягуйте розставання, інакше малюк відчує Ваше занепокоєння, йому буде ще складніше заспокоїтися. Вигадайте забавний ритуал прощання й строго дотримуйтеся його, наприклад завжди цілуйте дитину в щічку, а потім ніжно потріть носиками або що-небудь подібне, так їй буде легше відпустити вас. Покладіть до кишенки якусь пам'ятну річ, що нагадуватиме про Вас і про те, як сильно Ви її любите.

Разом з дитиною у садочок може «ходити» і її улюблена іграшка, яка також вже «стала дорослою». Забираючи дитину додому, поцікавтесь у неї, що найбільше сподобалось іграшці у садочку, весела вона була чи сумна, чому?

Ніколи не намагайтеся «вислизнути» непомітно від дитини, якщо хочете, щоб вона довіряла вам.

Не намагайтеся підкупити дитину, щоб вона залишилася у дитячому садку за нову іграшку.

Повідомте вихователів про звички та вподобання вашого малюка, про особливості здоров'я і поведінки.

Тримайте тісний зв'язок з персоналом групи, і будьте певні, що працівники зуміли прийняти і зрозуміти Вашу дитину, і по-материнськи дбають про неї.