

В ДЕТСКИЙ САД С РАДОСТЬЮ!

*Пришляк Татьяна Владимировна,
педагог-психолог МАДОУ МО 2.
Краснодар «Детский сад № 138»*

Вот и наступил день, когда Ваш ребенок пошел в детский сад! И Вы стали замечать, что ребенок выглядит бледным, у него участился пульс и частота дыхания. Ребенок стал насторожен, у него повышается уровень тревожности, проявляет беспокойство и даже капризничает. Все эти изменения связаны с адаптацией к детскому саду. Вы должны знать, что в период адаптации происходит перестройка деятельности почти всех органов и систем, направленных на выработку новых условных рефлексов.

Даже при хорошей адаптации в первое время у ребенка может быть снижен аппетит, из-за повышенной настороженности ребенок долго не может заснуть, а заснув, спит тревожно и не долго. Также ребенок может перестать выполнять привычные для него действия: не может одеться или умыться самостоятельно, проситься на горшок и т.д.

Важно понимать, что психологический и физиологический регресс – это нормальная реакция адаптирующего организма.

Различают три вида адаптации:

Лёгкая адаптация

В этом случае малыш вливается в детский коллектив за 2-4 недели. Подобный вариант адаптации характерен для большинства ребятшек и отличается ускоренным исчезновением негативных поведенческих реакций. Судить о том, что малыш с лёгкостью привыкает к садику, можно по следующим особенностям:

- он без слёз и истерик заходит и остаётся в групповом помещении;
- при обращении смотрит в глаза педагогам;
- способен озвучить просьбу о помощи;
- первым идёт на контакт с ровесниками;
- способен занять себя на короткий промежуток времени;
- с лёгкостью подстраивается под дневной распорядок;
- адекватно реагирует на воспитательские одобрительные или неодобрительные реплики;
- рассказывает родителям, что делал в саду.

Средняя адаптация

Этот период длится менее 1,5 месяцев. При этом ребёнок часто болеет, демонстрирует выраженные негативные реакции, однако невозможно говорить об его дезадаптации и неспособности влиться в коллектив.

При наблюдении за ребёнком можно отметить, что он:

- с трудом расстаётся с матерью, немного плачет после разлуки;
- при отвлечении забывает о расставании и включается в игру;
- общается со сверстниками и воспитателями;
- придерживается озвученных правил и распорядка;
- адекватно реагирует на замечания;
- редко становится зачинщиком конфликтных ситуаций.

Тяжёлая адаптация

Малыши с тяжёлым типом адаптационного процесса встречаются довольно редко, однако их легко можно обнаружить в детском коллективе. Некоторые из них проявляют открытую агрессию при посещении садика, другие же уходят в себя, демонстрируя полную отстранённость от происходящего. Продолжительность привыкания может составлять от 2 месяцев до нескольких лет. В особо тяжёлых случаях говорят о полной дезадаптации и невозможности посещения дошкольного учреждения.

Основные особенности ребёнка с тяжёлой степенью адаптации:

- нежелание контактировать с ровесниками и взрослыми;
- слёзы, истерики, ступор при расставании с родителями в течение долго времени;
- отказ заходить из раздевалки в игровое помещение;
- нежелание играть, принимать пищу, ложиться в кроватку;
- агрессивность либо замкнутость;
- неадекватное реагирование на обращение к нему воспитателя (слёзы или испуг).

Каждый родитель хочет видеть своего малыша идущего с радостью в детский сад. Так вот если Вы хотите, чтобы ребенок с удовольствием заходил в свою группу, то необходимо знать и не совершать ошибки.

Ошибка № 1. Внезапный уход

Первый день в детском саду обычно нравится всем детям, ведь вокруг столько всего нового и интересного. Да и привлечь внимание двух- или трехлетнего малыша очень легко. Он смело идет к тете-воспитательнице, глядя на играющих сверстников. Мама, обрадованная подобной сговорчивостью, осторожно уходит, не попрощавшись с крохой. Ребенок, не обнаружив мать, приходит в ужас, начинает плакать. Поэтому перед тем как зайти в группу, напомните ребёнку о том, что вы уйдёте и обязательно его заберёте (после обеда, сна и т.д.).

Ошибка № 2. «Полное погружение»

Мнение о том, что ребенок быстрее привыкнет к ребятам и воспитателю, если оставить его на весь день, ошибочно. Некоторые мамы, наслушавшись

советов подруг («Мой сразу на целый день остался»), отказываются от постепенного посещения. И получают, в итоге, истерики и нежелание идти в садик.

Рекомендую ориентироваться только на своего малыша, его характер и самостоятельность.

Ошибка № 3. Разные требования дома и в садике

Часто приходится сталкиваться с мамами, которые считают, что воспитание детей – это задача только образовательных учреждений.

Мало того, что родители не подготавливают кроху к новым условиям, они еще не следуют рекомендациям педагогов по объединению усилий.

Бывают ситуации, когда дома ребенка кормят бессистемно, включают мультики, чтобы его заинтересовать. В садике такой малыш не может сосредоточиться на каше или запеканке, требуя поставить любимый мультфильм, или засыпают только в процессе укачивания.

Если вы будете соблюдать рекомендации педагогов, то это поможет легче адаптироваться к саду. Важно воспринимать воспитателя, как своего союзника в вопросе развития детей.

Ошибка № 4. Неготовность взрослых к детским слезам

Многие родители пугаются плаксивости малыша.

А слезы в этот период – естественная защитная реакция детей. Намного хуже, если ребенок замыкается в себе, вообще не реагируя на столь серьезные перемены в жизни. Поэтому будьте терпеливы, скоро слезы прекратятся, и малыш будет заходить в группу без опаски и капризов.

Ошибка № 5. Несистематичное посещение

Иногда некоторые мамы относятся к вопросу посещения садика несерьезно: проспали, не хочется рано вставать, малыш закапризничал, решили отдать его на недельку бабушке. Через некоторое время ребенок понимает, что посещать сад не обязательно, и начинает манипулировать взрослыми через крики и слезы.

Не забывайте, что детский сад – это своего рода работа для детей, а значит, ходить в дошкольное учреждение нужно каждый день. Систематичность и регулярность посещения поможет крохе скорее привыкнуть к новому статусу и новым обязанностям.

Ошибка № 6. Неправильный режим дня

Когда родители придерживаются режима дня, который в детском саду, то ребенку легче адаптироваться к новым условиям на физиологическом уровне.

Ошибка № 7. Быстрый сбор

Маме жалко будить сладко спящего ребенка, она сама хочет подольше полежать в кровати. И в результате сборы проходят в спешке, родители подгоняют дошкольника: «Собирайся быстрее», «Некогда разговаривать»,

«Потом тебя поцелую» и т.д. Малыш же не понимает, почему мама раздражена, и он выходит из дома в плохом настроении.

Для ребенка хорошо, когда мама будит его в хорошем настроении, и он самостоятельно собирается в детский сад, развивая свои навыки самообслуживания.

Итак, мы рассмотрели 7 самых распространенных родительских ошибок, которые способны существенно осложнить и без того нелегкий процесс адаптации. Наши подсказки помогут Вам их избежать, а значит, ребенок скорее привыкнет к условиям дошкольного учреждения, поладит с педагогами и ровесниками и будет с радостью бежать в детский сад!

Использованные источники:

1. Русаков А.С. Адаптация ребенка к детскому саду. Советы педагогам и родителям: Сборник. – СПб: Речь. Образовательные проекты; М.: Сфера 2010. – 128 с.

2. Кроха.info — сайт о развитии и воспитании детей. URL: <https://kroha.info/razvitie/psychology/adaptatsiya-v-detskom-sadu> (дата обращения: 28.08.2023).