

Консультация для родителей

**Особенности
адаптации в
ясельной группе**



Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических особенностей ребенка, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Ребенок в период адаптации – живая модель стрессового состояния! Стресс это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим.

Выделяется три особенности адаптации.

1 особенность: ребенок в период адаптации находится в состоянии срыва динамического стереотипа.

В период адаптации эти стереотипы меняются.

2 особенность: стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменением гормональной системы организма.

3 особенность: в период адаптации иммунная система организма, его защитные механизмы ослабевают.

И чаще всего, пребывая в ДОУ на 5-7 сутки, ребенок заболевает.



Адаптационный период можно разделить на несколько этапов.

1 этап подготовительный. Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад.

Задачи этого этапа - сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщаться к новым для него условиям.

В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, приучать есть всевозможные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и многое другое.

Необходимо обратить внимание на режим дня ребенка.

Режим в жизни ребенка чрезвычайно важен, и резкая его смена - это, безусловно, дополнительный стресс. Родителям советуем заранее узнать режим детского сада и начинать его постепенно вводить дома, адаптировать к нему ребенка.

Так же необходимо обратить внимание на навыки самообслуживания и самостоятельности. Ребенок умеющий есть, раздеваться, одеваться не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых.

Так же стоит выяснить у родителей, каков способ кормления и засыпания ребенка.

2 этап – основой.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и постараться установить с воспитателями доброжелательные отношения. Следует открыто и подробно рассказать, воспитателю об особенностях ребенка: что он любит кушать, какую игрушку любит больше всего, как он засыпает, как его ласково называют дома.

Важно отметить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребность общения со сверстниками, она пока не сформировалась.

В этом возрасте взрослый выступает для ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.



**Врачи и психологи различают
три степени адаптации:
легкую, среднюю и тяжелую.**

Легкая степень адаптации: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов с детьми и взрослыми, сам идет на контакт.

Заболеваемость не больше одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

Средняя степень адаптации: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении.

Нервно- психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности).

Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.

Тяжелая степень адаптации: характеризуется значительной длительностью (от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

Нужно стремиться к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.



Как будет протекать период адаптации ребенка, во многом зависит от того, сумеет ли воспитатель понять нужды, интересы, наклонности ребенка, своевременно снять эмоциональное напряжения, согласовать методiku проведения режимного процесса с семьей.

Для оптимизации процесса адаптации мы используем следующее:

Взаимодействие с родителями; на основании договора между ДОО и родителями воспитанника, родитель имеет право находиться с ребенком в группе детского сада в период адаптации. В зависимости от степени адаптации ребенка этот период может длиться от 1 до 10 дней. Родители находятся в группе и взаимодействуют с детьми и воспитателем для того, чтобы реально оценить достижения и умения своего ребенка тем возрастным критериям которые требуют программа развития. И в зависимости от результата формируется индивидуальный план работы с семьей, для успешной адаптации ребенка в группе детского сада. Упор делается на проблемные вопросы, например: (режим, питание, сон, разлука с мамой, общение со сверстниками).

Анкетирование: например, с целью лучше узнать особенности и желания вашего ребенка для создания благоприятных условий его развития.

Наблюдение за ребенком; в период адаптации, воспитатель при приеме ребенка обращает внимание на его настроение. В процессе утренней гимнастики смотрит на реакцию ребенка, сформированные навыки (повторение движений за воспитателем). Во время приема пищи обращает на сформировавшиеся навыки (умение самостоятельно держать ложку, кружку, аккуратности за столом и культуре).

В самостоятельной деятельности: как умеет ребенок играть, находить контакт с другими детьми. Умение самостоятельно организовать свой досуг. Анализируя полученные результаты от наблюдения, воспитатель устанавливает индивидуальный план работы с конкретным ребенком, для успешного адаптационного процесса.



В процессе адаптации ребенка дошкольном учреждении, воспитатель использует элементы телесной терапии (берет ребенка на руки, обнимает его, поглаживает.)

- предлагает ребенку засыпать с его любимой игрушкой;*
- рассказывает сказки, поет колыбельные перед сном.*

После дневного сна ребенка в период адаптации с целью создания условий успешного пробуждения и бодрствования, воспитатель использует потешки.

Свои слова воспитатель сопровождает действиями и обыгрыванием игрушкой. Ребенок чувствует внимание, заботу воспитателя идет на контакт и вливается в детский коллектив после пробуждения. Использует игровые методы взаимодействия с ребенком.

Воспитатель фиксирует наблюдения за поведением ребенка в листе адаптации до тех пор, пока не нормализуется его поведение. Если ребенок заболевает, это тоже отмечается в листе адаптации, и по возвращении ребенка в дошкольное учреждение воспитатель проводит наблюдения за его поведением в течение трех дней.

Важно провести анализ течения процесса адаптации в группе. Для этой цели надо проанализировать, какова была готовность ребенка к поступлению в детское дошкольное учреждение. И как протекало привыкание под наблюдением воспитателей и медицинской сестры.



Но самое главное условие успешной адаптации, не сколько ребенка, сколько всей семьи - это готовность родителей к тому, что ребенок пойдет в детский сад.

Важная форма адаптации семьи - экскурсия по детскому саду: знакомство родителей с персоналом ДОО, с детьми группы, в которую пойдет их малыш. Специалисты ДОО (врач, логопед, воспитатели групп) расскажут о режиме дня и правилах поведения в детском дошкольном учреждении. Ответят на все вопросы родителей.

Экскурсия проходит по всем основным помещениям, чтобы создать целостное впечатление не только о ясельной группе, но и дальнейшем пребывании их ребенка в детском саду.

В группе родители знакомятся с воспитателем и его помощником, которые проводят их по групповой комнате: показывают игрушки, кроватку, где будет спать ребенок, туалет, приемную.

Это важный момент в работе с семьей. Мама сможет сама убедиться в том, что малышу будет комфортно, и расскажет остальным членам семьи, в первую очередь ребенку, о том, как уютно и весело в детском саду. Хорошо, если удастся привлечь маму к работе с детьми: она может помочь одеть их на прогулку, поиграть с ними, прибрать вместе с ними игрушки и т.п.

Такая деятельность сближает маму с воспитателем, помогает понять его должностные обязанности, ближе познакомиться с детьми. На прогулке продолжается адаптация ребенка и мамы. Прогулка обычно не вызывает у ребенка тревоги (у него уже есть опыт игры с детьми во дворе), поэтому он с удовольствием общается с детьми. Мама в этот момент не должна безучастно наблюдать за группой; можно научить ее нескольким подвижным играм, обратить внимание на то, как строит ребенок свои отношения с другими детьми.

Адаптация ребенка к детскому саду - это адаптация в первую очередь семьи. Если родители будут доверять работникам детского сада, адаптация ребенка пройдет быстрее и легче.

Опыт работы подсказывает, что такая организация адаптационного периода позволяет дошкольникам быстрее привыкнуть к условиям дошкольного учреждения, наладить положительные взаимоотношения с воспитателями и сверстниками, создает благоприятные условия для развития и воспитания дошкольников.

