

Консультация для родителей

"Особенности адаптации детей раннего возраста к ясельной группе детского сада"



Подготовила педагог-психолог Макушина Ю.Н.

Детям раннего возраста особенно тяжело привыкать к условиям дошкольного учреждения.

С первых дней жизни дома ребёнку прививаются особые правила – определённый режим сна и бодрствования, виды деятельности, питание, характер взаимоотношений с окружающими, запреты. Во время приспособления к яслям поведение ребёнка меняется – ребенок много плачет и раздражается, меньше и реже ест, плохо спит, утрачивает уже приобретённые навыки, часто болеет.

Подобные симптомы являются закономерной реакцией на новые условия жизни ребенка.

Чтобы облегчить этот процесс, снизить воздействие психотравмирующих факторов, важно заранее подготовить малыша к изменениям в его жизни, и на протяжении всего периода адаптации оказывать ему поддержку. В ясельную группу принимают малышей, которые уже ходят самостоятельно, без поддержки – то есть примерно с 1,2 месяцев.

Несколько периодов адаптации детей

Адаптация ребенка к яслям проходит несколько периодов:

✚ Острая фаза.

На первом этапе наблюдается максимальная мобилизация детского организма. Ребенок постоянно пребывает в возбуждённом, напряжённом состоянии. Он очень плаксив, капризен, показывает нежелание расставаться с родителями, истеричен как в стенах дошкольного образовательного учреждения, так и дома. На данном этапе повышается восприимчивость к всевозможным инфекциям, вирусам.

✚ Умеренно острая фаза.

Малыш постепенно приспосабливается к изменившимся условиям жизни. Отмечается уменьшение возбудимости, нервозности, улучшение аппетита и сна. Но возможно и возобновление негативных эмоций.

✚ Компенсированная фаза.

Постепенно стабилизируется психическое состояние ребенка. Ребенок постепенно находит способы взаимодействия с воспитателем и сверстниками, начинает осваивать новые навыки.

Адаптации невозможно избежать – это естественная реакция организма на изменившиеся условия.

Одни дети справляются со стрессом за несколько недель, другие пребывают в эмоциональном напряжении несколько месяцев. Особенности привыкания к ДОО зависят от индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Подготовка ребенка к условиям ДОО.

Важным условием адаптации является подготовка ребенка к ДОО. Многие родители начинают заранее постепенно приучать ребенка жить по режиму детского сада.

- ранний подъем;
- похожее меню;

- обеденный сон;
- знакомство с разными видами деятельности;
- организация взаимодействия со сверстниками (например, на игровой площадке);
- оставление ребёнка с другими родственниками или близкими друзьями.

Основная задача родителя – заранее подготовить малыша к посещению яслей.

- ✚ Родителям рекомендуется обучить малыша дома правилам личной гигиены. Ребенку будет проще привыкнуть к требованиям воспитателей.
- ✚ Целесообразно подобрать рацион питания приближенный к детскому саду (блюда, приготовленные на пару, без использования специй, еда не в протертом виде, наличие рыбных и молочных продуктов). Научить ребенка пользоваться столовыми приборами.
- ✚ Обязательный дневной сон – неотъемлемая часть подготовки к посещению детского сада. Если ребёнок отказывается от дневного сна дома, следует более ответственно отнестись к организации свободного времени.
- ✚ Одежда и обувь должны быть удобными, практичными; без сложных застежек, шнуровок, креплений. Движения не должны быть стеснены, а при необходимости ребёнок может самостоятельно обслужить себя.

Заболеваемость детей в период адаптации к детскому саду

Болезни – это неотъемлемая часть процесса адаптации к детскому саду. Почти 80% детей раннего возраста начиная посещать детский сад, без конца болеют.

Причины заболеваемости:

- ✚ Психо-эмоциональное напряжение.

До детского сада у ребенка был свой режим дня, а в детском саду правила существенно меняются. Ощущая на себе давление нового для себя распорядка жизни, ребенок находится в состоянии эмоционального напряжения, которое сказывается и на его физическом состоянии. Особенно это касается иммунной системы. Защитных сил против инфекций становится меньше, иммунитет снижается, а восприимчивость к новым вирусам и бактериям увеличивается.

- ✚ Новые виды микроорганизмов.

Ребенок попадает в новый коллектив, и его организм сталкивается с новыми вирусами и бактериями, с которыми приходят другие дети в группу. Поэтому при новом контакте происходит заражение. В течение полугода все дети, «поменявшись» вирусами и переболев, как правило, болеть перестают. Каждый вновь пришедший в группу ребенок приносит новые вирусы, с которыми дети в садике еще не встречались. Считается, что ребенок должен переболеть определенным количеством болезней и наработать свой иммунитет.

У каждого ребенка реакция на новые вирусы и бактерии индивидуальна. Некоторые дети болеют постоянно, а другие обходятся простым насморком. С чем это связано? Когда в организм попадает чужеродный вирус, то выбрасывается определенное количество антител. Таким образом, с каждым новым заболеванием иммунитет истощается, потому что каждое последующее заболевание у ребенка проходит тяжелее. Поэтому нужно сохранять иммунитет в организме ребенка. Не отдавать ребенка сразу же после выздоровления в детский сад, а какое-то время посидеть дома и лучше окрепнуть. Закаливать ребенка, витаминизировать пищу, вести здоровый образ жизни в семье, правильное питание, режим дня. Оградить и уберечь свое любимое чадо от всех заболеваний просто невозможно, и остается только надеяться на разумный подход родителей в этом вопросе.

Об успешном завершении адаптации можно судить по поведению и самочувствию ребёнка. Дети перестают болеть, появляется аппетит, хорошо спят, активно взаимодействуют со сверстниками, обращаются за помощью к воспитателю.

Процесс адаптации в раннем возрасте всегда проходит болезненно как для детей, так и родителей. Соблюдая определённые рекомендации, зная об индивидуальных особенностях ребёнка, родитель может создать благоприятные условия, в которых бы малыш чувствовал себя комфортно.