

Ваш ребенок идет в детский сад

"Садовник, собираясь пересаживать дерево, готовит участок, бережно окапывает дерево, стараясь не повредить его корневую систему, пересаживает вместе с землёй. Несмотря на все его усилия, дерево на новом месте болеет, не приживается».

Вы сейчас вступаете в важный период вашей жизни и жизни вашего ребенка – он идет в детский сад.

Взрослые в семье понимают, что адаптационный период – один из самых сложных в жизни малыша. Все охаживают его, причитают, волнуются за него, но не более этого! И вот его приводят в детский сад и оставляют одного среди незнакомых взрослых в новой для него обстановке...

Для того чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать об особенностях этого сложного периода.

В возрасте 1,5-3 лет у ребенка все взаимосвязано: состояние здоровья и эмоциональный настрой, физическое и нервно-психическое развитие. Это самый благодатный возраст – наиболее ощутимые изменения: малыш начал разговаривать, сам собирать или разбирать пирамидку, задавать первые вопросы: "почему?", "куда?". И это далеко не все. Обычно период адаптации детей к условиям ДОО не превышает двух месяцев. Но для того чтобы он прошел без лишних потрясений, все окружающие взрослые должны постараться максимально избавить новичков от травмирующих факторов.

Что же для этого нужно?

Родители должны привыкнуть к мысли: "Мой ребенок идет в детский сад, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошел в садик".

В уголке для родителей в детском саду есть режим дня ребенка. Это еще один важный пункт привыкания. Чтобы адаптация проходила благополучно, уже сейчас нужно приучать малыша к режиму дня, сходному в большой степени с режимом ДОО:

завтрак 8-9 утра, обед 12-13, сон с 13 до 15 часов; полдник в 15.30 часов, укладывание на ночь не позднее 21-22 часов. И стараться максимально придерживаться этого режима.

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.20	Приём детей. Игры.
8.20 – 8.35	Туалет Подготовка к завтраку.
8.35 – 9.00	Завтрак.
9.00 – 9.30	Игры-занятия.
9.30 – 9.40	Туалет.
9.40 – 10.00	Подготовка к прогулке.
10.00 – 11.15	Прогулка.
11.15 – 11.30	Возвращение с прогулки, раздевание.
11.30 – 11.40	Туалет. Подготовка к обеду.
11.40 – 12.00	Обед.
12.00 – 12.10	Туалет.
12.10 – 15.00	Сон.
15.00 – 15.30	Подъём, туалет, одевание.
15.30 – 15.50	Полдник
15.50 – 16.20	Игры-занятия, игры.
16.20 - 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.30 – 17.50	Возвращение с прогулки, раздевание.
17.50 – 18.00	Туалет.
18.00 – 18.20	Ужин.
18.22 – 19.00	Игры. Уход детей домой.

Чтобы ребенок не чувствовал дискомфорта, желательно заранее приучить его к горшку, отучить от пустышки.

Адаптационный период условно можно разделить на этапы.

Подготовительный этап следует начинать за 1-2 месяца до приёма ребёнка в детский сад.

Задачи этого периода – сформировать такие стереотипы в поведении ребёнка, которые помогут ему безболезненно войти в новые для него условия жизни.

В первую очередь необходимо привести в соответствие домашний распорядок дня ребёнка с режимом дошкольного учреждения. Планово, постепенно можно подвести ребёнка к чёткому его выполнению.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д. В детском саду он не будет отказываться от знакомой пищи, не останется голодным.

Основной этап адаптационного периода начинается с прихода мамы с малышом в группу. Педагог всегда доброжелательно встречает «гостей». Так начинаются их положительные взаимоотношения. Воспитатель воспользуется любой создавшейся ситуацией, чтобы дать почувствовать новенькому доброжелательное отношение к нему. Основная задача мамы в этот период – помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Количество посещений мамы с ребёнком группы зависит от поведения ребёнка. Пусть мама введёт малыша в незнакомую для него обстановку («исследуют» группу, познакомится с игрушками и т.д.). Мама одобряет каждые действия ребёнка, подбадривает его улыбкой, жестами. Каждый визит длится не более часа.

Во время заключительного этапа ребёнок начинает посещать группу по 2-3 часа в день. Дома родители внимательно следят за его самочувствием, отмечают характер сна, аппетита. При первых проявлениях негативных изменений можно подержать ребёнка дома 2-3 дня, а потом привести ненадолго в детский сад. Следует отметить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, самочувствие малыша, затем восстанавливается его аппетит, в последнюю очередь – сон.

Адаптационный период считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает, просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Длительность адаптации зависит также от уровня развития ребёнка. Если с ним систематически занимались дома, рос он общительным, самостоятельным, то в группе он быстро установит контакт с воспитателем, сверстниками, сможет занять себя содержательной игрой, обслужить – малыш не почувствует себя беспомощным.

Наличие возможных навыков при поступлении в детский сад (возраст от 2 лет до 3 лет)

Навыки самообслуживания

- ест довольно аккуратно, умеет пережёвывать пищу, использует ложку и чашку (возможно докармливание);
- пытается одеваться самостоятельно (без застёгивания): надевает нижнее бельё, носки, штаны, обувь, шапку и т.д.);
- самостоятельно моет и вытирает руки и лицо, начинает пользоваться носовым платком;
- просится в туалет, используя слова;
- узнаёт свои вещи;
- с помощью взрослого убирает игрушки.

Индивидуальные особенности

- употребляет в речи местоимения «Я», «Мой»;
- понимает слова «нельзя», «надо», иногда выполняет;
- любит, когда читают книжки;
- рассматривает картинки, может обозначить словом предмет, действие;
- любит слушать музыку;
- любит рисовать так, как умеет.

Развитие общения

- изображает поведение взрослого;
- «отыгрывает» на кукле, мишке знакомые действия: кормит, укладывает спать и т.д.;
- любит играть рядом с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт;
- по просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку.

Развитие речи

- понимает обращённую к нему речь;
- повторяет за взрослым предложения из 3-4 слов;
- самостоятельно строит предложения из 3-4 слов (допустимо неграмотное построение фразы);
- может ответить на вопросы: «Где?», «Куда?».

Сенсорное развитие

- подбирает к образцу каждого из основных цветов (красный, жёлтый, синий, зелёный) предметы соответствующего цвета;
- ориентируется в контрастных формах предметов (мячик, кубик, кирпичик, крыша и т.д.);
- различает большой и маленький предметы.

Продуктивная деятельность

- самостоятельно делает постройки (дом, диван...);
- умеет рисовать замкнутую линию (клубочек, шарик, пытается лепить из теста булочки, лепёшки).

Хотите узнать готов ли Ваш ребенок посещать детский сад, воспользуйтесь «опросником»:

«Готов ли Ваш ребёнок к поступлению в ДООУ?»

- Какое настроение преобладает у ребёнка в последнее время в домашней обстановке?
 - Бодрое, уравновешенное – 3 балла
 - Неустойчивое – 2 балла
 - Подавленное – 1 балл
- Как Ваш ребёнок засыпает?
 - Быстро, спокойно (до 10 мин.) – 3 балла
 - Долго не засыпает – 2 балла
 - Непокойно – 1 балл
- Используете ли вы дополнительное воздействие при засыпании ребёнка?
 - Да – 1 балл
 - Нет – 2 балла
- Какова продолжительность дневного сна ребёнка?
 - 2 ч. – 3 балла
 - 1 ч. – 1 балл
- Какой аппетит у Вашего ребёнка?
 - Хороший -4 балла
 - Избирательный – 3 балла
 - Неустойчивый – 2 балла
 - Плохой – 1 балл
- Как относится ребёнок к высаживанию на горшок?
 - Положительно – 3 балла
 - Отрицательно – 1 балл
- Просится ли Ваш ребёнок на горшок?
 - Да – 3 балла
 - Нет, но бывает сухой – 2 балла
 - Нет и ходит мокрый – 1 балл
- Есть ли у Вашего ребёнка отрицательные привычки?
 - Да (указать какие: н/р сосёт пустышку, палец, раскачивается...) - 1 балл
 - Нет – 3 балла
- Интересуется ли ребёнок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?
 - Да – 3 балла
 - Иногда – 2 балла
 - Нет – 1 балл
- Проявляет ли ребёнок интерес к действиям взрослых?
 - Да – 3 балла
 - Иногда – 2 балла
 - Нет – 1 балл
- Как ребёнок играет?
 - Умеет играть самостоятельно -3 балла
 - Не всегда _ 2 балла
 - Не играет сам – 1 балл
- Какие взаимоотношения с детьми?
 - Легко идёт на контакт – 3 балла
 - Избирательно – 2 балла
 - Трудно – 1 балл
- Как относится к занятиям: внимателен, усидчив, активен?
 - Да – 3 балла

- Не всегда – 2 балла
- Нет – 1 балл
- Есть ли у ребёнка уверенность в себе?
- Есть – 3 балла
- Не всегда – 2 балла
- Нет – 1 балл
- Есть ли у ребёнка опыт разлуки с близкими?
- Перенёс разлуку легко – 3 балла
- Тяжело – 1 балл
- Есть ли у ребёнка аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?
- Есть – 1 балл
- Нет – 3 балла

Прогноз адаптации:

- Готов к поступлению в ДОУ - 40-55 баллов
- Условно готов – 24-39 баллов
- Не готов – 16-23 балла

Памятка для родителей

Вы должны понять, что ни один, даже самый замечательный детский сад, не сможет сделать для Ваших детей всё. Детский сад призван помочь Вам, а не заменить Вас. Без Вашей помощи просто нельзя.

- Утром, когда детей приводят в детский сад, вместе с воспитателем поприветствуйте каждого ребёнка, поинтересуйтесь, как малыши провели утро перед садиком. Ваш малыш научится быть доброжелательным, приветливым и внимательным к другим людям.
- Если у Вас есть хоть немного времени, не спешите уходить, побудьте в группе. Вы станете участником нашего начала дня.
- Понаблюдайте за игрой детей. Вы узнаете, какие потребности испытывают дети этого возраста.
- Почитайте, поиграйте или порисуйте вместе с детьми. Вы обретёте новых маленьких друзей, а Ваш ребёнок будет испытывать огромную гордость, что у него есть Вы.
- Читайте материалы на информационных стендах. Вы найдёте много полезной информации по проблемам воспитания и развития детей.
- Поделитесь своими идеями об организации жизни детей в учреждении. Мы рады сотрудничать с Вами.
- Задавайте вопросы по интересующим Вас темам. Мы вместе найдём решение.