

# ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К ДОУ

## Преимущества посещения ребенком детского сада

- Посещение ребенком детского сада не только освобождает время родителей, оно важно для гармоничного, естественного развития самого ребенка. В детском саду он получает возможность развиваться на новом уровне, в контакте со специалистами и другими детьми, что не всегда возможно дома.
- В детском саду ребенок легче усваивает правила и нормы поведения, привыкает к режиму своего дня, становится более организованным.
- Пребывание ребенка в детском саду создает условия для развития у него самостоятельности. В саду малыши значительно легче и быстрее осваивают навыки самообслуживания: учатся самостоятельно есть, одеваться и раздеваться, отправлять естественные потребности, соблюдать личную гигиену, убирать за собой.
- В детском саду обучение и развитие ребенка проходит более организованно и целенаправленно, чем в домашних условиях.

Больше времени уделяется игровой деятельности и занятиям, которые способствуют физическому развитию ребенка, развитию логического мышления, речи, художественных и музыкальных способностей.

- Ребенок привыкает к новым ролям, учиться устанавливать более «официальные» отношения со взрослыми – это важно для его последующей адаптации к еще более сложным школьным условиям.
- И, наконец, возможно самое главное: в детском саду ребенок приобретает важнейшие навыки, связанные с развитием сферы общения. Посещение детсадовской группы формирует у ребенка умение общаться в коллективе, приучает взаимодействовать с другими детьми на основе договоренности, учета общих интересов, учатся ждать своей очереди, делиться тем, что имеют, умерять личные желания, избавляются от эгоцентрических установок. Дети не просто привыкают друг к другу, а устанавливают достаточно тесные отношения. при этом, подражая, учатся у сверстников тому, чего не умеют сами.

*Не грустите, что один из самых приятных моментов вашей совместной жизни с ребенком позади - когда-нибудь это должно было произойти, ваш птенец понемногу расправляет крылышки и пробует вылететь из теплого маминого гнездышка.*

Чтобы привыкание ребенка к детскому саду прошло успешно, очень важно родителям иметь представление о периоде адаптации

Известно, что начало учебного года – трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым для них условиям в ДООУ. Дети тяжело переносят разлуку с мамой, оказавшись в незнакомой обстановке, в окружении чужих людей. Тяжело и родителям, которые видят неутешное горе своего всегда жизнерадостного ребенка. Нелегко приходится и персоналу групп: дети плачут, цепляются, не дают работать, а воспитателю нужно все успеть, все сделать по режиму, хоть на время успокоить малыша, дать остальным передохнуть от крика новенького.

Адаптационный период – серьезное испытание для ребенка. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Действительно, когда ребенок впервые приходит в детский сад, он попадает в новые для него условия. Меняется все: режим дня, характер питания, температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т. д., поэтому проблема адаптации ребенка к детскому саду является ведущей.

Адаптация ребенка к детскому саду иногда проходит с негативными сдвигами в детском организме, что проявляется в поведении ребенка. Данная стрессовая ситуация может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, нарушение сна, частые болезни, психическая регрессия и другие).

Функциональные возможности системы адаптационных механизмов определяются несколькими факторами:

#### ***Состояние здоровья и уровень развития ребенка.***

Здоровый и развитый ребенок обладает большей функциональной активностью всех систем организма, в том числе и системы адаптационных механизмов.

#### ***Биологические и социальные факторы риска.***

Биологические факторы (токсикозы и заболевания матери во время беременности и в течении первых месяцев жизни малыша) нарушают соматическое состояние ребенка, в результате чего ухудшается функциональная активность всех систем организма. Неблагоприятное влияние социальной среды (нарушение режима жизнедеятельности ребенка, сна, бодрствования, увеличение нервно-психического напряжения) приводит к задержке нервно-психического развития, у ребенка не формируются те навыки и личностные качества, которые соответствуют возрасту, нарушается нормальный ход формирования социальных потребностей.

Для того, чтобы привыкание к детскому саду прошло благополучно лучше разделить адаптационный период на несколько этапов.

### **Этапы адаптационного периода**

**1 этап** – подготовка родителями и воспитателями ребенка к условиям детского сада.

Вопрос о том, как подготовить ребенка к поступлению в детский сад, волнует многих родителей. Если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями, а также вегетативными явлениями.

Готовить ребенка к поступлению в детский сад лучше заранее. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа нужно будет уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.

В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самообслуживания.

О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии.

**2 этап** – приход мамы с ребенком в группу детского сада.

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка.

Основная задача мамы в данной ситуации – помочь ребенку в создании положительного образа воспитателя. Вначале он держится настороженно, старается подсесть ближе к маме. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Мама помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: “Как мне здесь нравится!”, “Какие забавные зверушки сидят за столом!” и т.д. Освоившись, ребенок делает первые попытки пройтись по группе. Его тянет посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Мама одобряет такие действия малыша, подбадривает его улыбкой, жестами. Взрослый со своей стороны тоже одобрительно улыбается, и ребенок начинает, как бы играть: то приблизится к воспитателю, то побежит назад к маме.

Хорошо, если собственный шкафчик ребенок выбрал самостоятельно и прикрепил принесенную из дома наклейку или взял ее из предложенного воспитателем набора. В следующий раз малыш пойдет в сад “к своему”

шкафчику. То же самое можно сказать и о выборе кровати и место для полотенца.

Первую неделю ребенок приходит в детский сад и остается в группе в течение 2-3 часов в присутствии мамы или других родственников. За это время он осваивает новые для него помещения, знакомится с другими детьми.

**3 этап** – постепенное привыкание.

Данный этап также имеет несколько «шагов».

**Первый шаг:** “мы играем только вместе”.

На данном этапе мама и ребенок представляют собой единое целое. Мама является проводником и защитником ребенка. Она побуждает его включаться в новые виды деятельности, и сама активно играет с ним во все игры. Такая стратегия поведения сохраняется до тех пор, пока ребенок не перестанет бояться и не начнет отходить от мамы.

**Второй шаг:** “я играю сам, но ты будь рядом”.

Так постепенно ребенок начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на безопасное расстояние. Мама все еще является опорой и защитой. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом с ними. В случае необходимости мама приходит ему на помощь, организует совместные игры.

**Третий шаг:** “иди, я немножко поиграю один”.

Рано или поздно настает момент, когда ребенок сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Когда наступает такой момент, мама может ненадолго отлучиться. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго уйдет и скоро вернется. Важно обратить внимание ребенка на момент возвращения мамы.

Четвертый шаг: “мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя”.

И, наконец, наступает день, когда ребенок соглашается остаться в группе один и спокойно отпускает маму. Воспитательница должна поддерживать в нем уверенность, что мама обязательно за ним придет после того, как он поспит и покушает.

На **заключительном этапе** периода адаптации ребенка оставляют на сон. Наблюдения показывают, что в процессе привыкания к условиям детского сада сначала нормализуется настроение и самочувствие, аппетит и только потом – сон.

В течение двух недель после того, как начали оставлять малыша в детском саду, не рекомендуется приходить за ним поздно и оставлять на полный день, так как для него это пока тяжело.

### **Адаптационный период считается законченным, если:**

- Ребенок играет и эмоционально общается с окружающими, весело говорит о времени, проведенном в детском саду, пересказывает события, случившиеся в группе.
- У ребенка хороший аппетит.
- У ребенка нормальный сон.

И последнее.

**Очень важным условием, облегчающем ребенку адаптацию к детскому саду, является выработка единых требований к его поведению, согласование воздействий на него дома и в дошкольном учреждении.**



**В добрый путь!**