

Консультация для родителей

«Адаптация ребёнка к детскому саду»

Про адаптацию знают все, но не все понимают, что это такое. Что же это такое?

Адаптация - это процесс приспособления организма к новым условиям. Есть новые условия - значит, обязательно должна быть и адаптация. Даже если ее на первый взгляд не видно.

Адаптация - это не хорошо и не плохо, это нормально, новые условия - всегда стресс. В незнакомой ситуации детского сада ребенок переживает новые эмоции, учится расставанию с мамой, привыкает к новому распорядку дня и новым людям, к новой пище и новому месту, к новой микрофлоре.

Адаптация затрагивает весь организм: от желудочно-кишечного тракта до иммунной системы. Но переживать стресс можно по-разному. Если родители понимают, что происходит с ребенком, и помогают ему, как правило, привыкание к саду проходит гораздо легче.

Сколько времени может занимать адаптация?

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Например, старайтесь первое время одевать его в знакомую одежду, дать с собой в садик любимую игрушку.

Проявляйте как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; любознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям.

В первое время ребенок может сильно устать в детском саду: новые впечатления, новые друзья, новая деятельность. Если ребенок приходит домой измученным и нервным, это еще не значит, что его адаптация проходит тяжело. Просто необходимо время, чтобы малыш привык к новому режиму. Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству.

Подготовила
старшая медицинская сестра
первой квалификационной категории
Т.В.Журкина