

Адаптация к детскому саду.

Рекомендации педагога-психолога педагогам.

Адаптация - это процесс вхождения человека в новую среду и привыкание к ее условиям. И так получается, что этот процесс выпадает на возраст, характеризующийся особой чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поэтому, задача взрослого, как воспитателя, так и родителя, так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка.

Выделяют два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт - эмоциональная удовлетворенность и внешняя адекватность поведения - способность легко и точно выполнять требования новой среды.

Важно помнить, что процесс привыкания к новым условиям может сопровождаться различными негативными сдвигами:

1. Физиологическими: повышение температуры, снижение иммунитета, увеличение количества простудных заболеваний, потеря аппетита, увеличение нервозности, беспокойства, ухудшение сна и т.д.
2. Поведенческими: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение ко взрослым, плаксивость, возврат к более детскому поведению.

Основной вид деятельности ребенка в этом возрасте - игра, на основе которой и нужно выстраивать воспитательную и стратегию и находить формы взаимодействия с ребенком. Основная задача игр в это период - формирования эмоционального контакта и доверия детей воспитателю.

Как облегчить процесс адаптации

1. Установите контакт с родителями, получите от них первичную информацию о ребенке, его привычках, индивидуальных особенностях, о том, как его хвалят и ласково называют.

2. Учитывайте возрастные особенности детей при формировании навыков самообслуживания, оказывайте ему необходимую помощь.
3. Терпеливо и постепенно учите детей мыть руки, кушать ложкой, пользоваться туалетом, одеваться и раздеваться.
4. Говорите ребенку о его достижениях.
5. Не осуждайте личность ребенка и не сравнивайте его с другими детьми.
6. Поддерживайте инициативу детей.
7. Установите ритуалы встреч и прощания, укладывания на дневной сон.
8. Вместе с другими детьми приветствуйте утром каждого приходящего ребенка, а вечером прощайтесь с ним.
9. Побуждайте детей откликаться на боль, огорчение, обиду. Учите их сопереживать.
10. Установите четкие правила группы и с простыми и понятными запретами (нельзя бить друг друга, отнимать игрушки).
11. Создавайте в группе развивающую среду, используйте игрушки, дидактические материалы.
12. Побуждайте детей к разнообразным действиям с предметами.
13. Проигрывайте с детьми различные ситуации.