

Консультация педагога – психолога для родителей

«Адаптационный период»

Санникова Е.И.

МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 6»

Абсолютно все дети любого возраста, попадая в детский сад, переживают так называемый **адаптационный период**. Естественно, чем ребенок старше, тем этот период короче и легче. В любом случае 2 месяца - это минимальный срок адаптации детей к детскому саду. На самом деле адаптационный период длится, как правило, от 2 месяцев до полугода. Для того чтобы он прошел наиболее благополучно, и в дальнейшем ребенок мог без вреда для себя посещать детский сад, рекомендуем вам такой режим посещения детского сада на адаптационный период.

Для детей до 3 лет наиболее комфортный вариант в течение полугода - 2-3 часа 2-3 раза в неделю, это так называемые группы кратковременного пребывания, прогулочные группы, группы развития. Если ребенок хорошо адаптируется к этой группе, то можно говорить о переходе в полноценный детский сад. Но увеличение количества посещений должно происходить постепенно: либо вы переводите ребенка на 2-3 дня полный день либо на полную неделю по полдня в течение 1-2 месяцев.

Первый раз отвести ребенка в детский сад желательно в четверг. Два дня - четверг, пятница - это как раз то необходимое количество времени, для того чтобы ребенок мог понять, куда его привели. И за последующие субботу-воскресенье - осмыслить новую информацию и расслабиться от новых впечатлений. Понедельник-вторник ребенок посещает детский сад в том же режиме, что и четверг-пятницу. Если вы чувствуете, что ребенок не справляется с обрушившимися на него впечатлениями, оставьте малыша в среду дома, отдохнуть.

Когда вы это сделаете первый раз, прийти за ребенком в детский сад нужно до того, как он проснется. Сделать это необходимо для того, чтобы проснувшись, одевшись, малыш сразу смог вас увидеть, так как в этом возрасте дети путают дневной и ночной сон. Проснувшись в детском саду, они не помнят, не понимают, когда их сюда привели, и соответственно не знают, когда за ними придут.

Свой испуг они никак не могут сформулировать. Максимум, в чем он может выразиться, это в нейтральном вопросе воспитателю: когда за мной придет

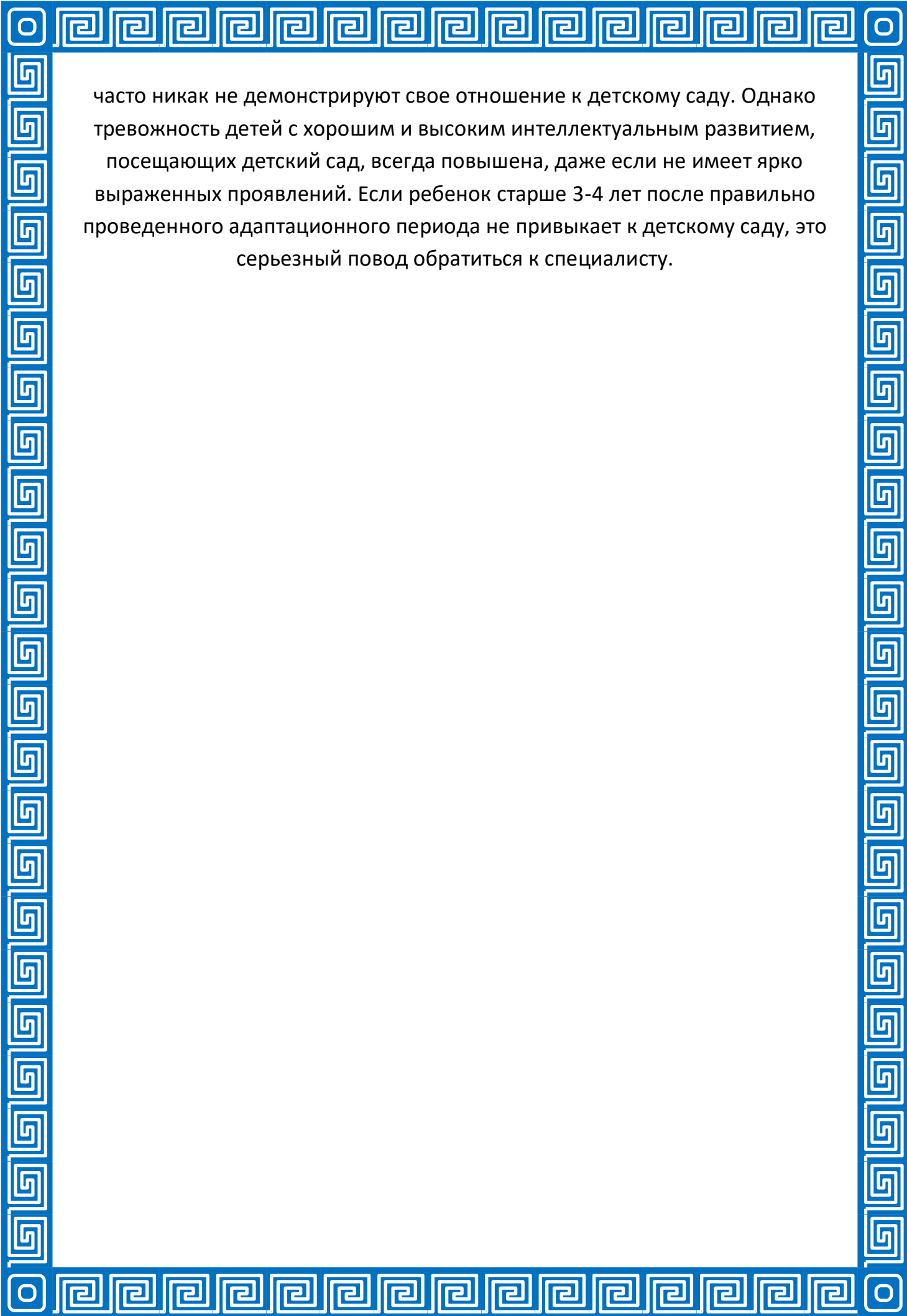
мама. В ответ на свой вопрос ребенок получит спокойный ответ: "Вечером" или "После прогулки", что опять мало информативно для малыша. Малыш становится очень послушным, ходит рядом с воспитателем, выполняет все его просьбы. В результате, когда за ребенком приходит мама, от воспитателя она получает только положительную информацию: спал замечательно, вел себя прекрасно, был моим самым лучшим помощником. На следующий день мама может быть сильно удивлена отказу ребенка идти в детский сад. Либо: в детский сад пойду, но на сон не останусь. Либо - у очень послушных и покладистых детей - идут в детский сад, но во время сна изо всех сил не спят. В результате, сильно устав, засыпают за 15-20 минут до подъема...

Приходить за ребенком сразу после сна нужно в течение 1-2 недель. Если вы пришли за ребенком после сна, он сказал, что хочет еще вместе со всеми полдничать, играть или идти гулять, значит, у вас есть еще 2-3 часа свободного времени. Вы прощаетесь с ребенком и уходите из детского сада. Если он не хочет вас отпускать, значит, вы вместе с ним идете домой. Если на следующий день ребенок не отказывается идти в детский сад, но просит вас не оставлять его спать, водите его опять на полдня, а через некоторое время с согласия ребенка повторяете попытку.

Даже если адаптационный период проходит гладко, ребенок с удовольствием ходит в детский сад, не болеет в течение 2-3 недель, это не значит, что детский сад не является нагрузкой. Большое количество новой информации, новых условий, даже если они принимаются малышом положительно, - это все равно тяжело. Поэтому посещение детского сада в течение первых двух месяцев должно происходить в индивидуальном режиме.

Дети старше 3-4 лет

Все вышесказанное относится и к детям более старшего возраста, но так как у них более развиты произвольное поведение и осмысление ситуации, все проходит быстрее, и сроки индивидуального адаптационного режима детского сада сокращаются исходя из индивидуальных особенностей ребенка. Здесь следует отметить, что у детей с нормальным уровнем сформированности произвольного поведения после 3,5 лет, как правило, не возникает ярко отрицательной поведенческой реакции на посещение детского сада, даже в том случае, если ходить в детский сад им не нравится. Но это не значит, что родители не должны внимательно следить за психологическим состоянием ребенка. Послушные, компромиссные, интеллектуально развитые дети очень



часто никак не демонстрируют свое отношение к детскому саду. Однако тревожность детей с хорошим и высоким интеллектуальным развитием, посещающих детский сад, всегда повышена, даже если не имеет ярко выраженных проявлений. Если ребенок старше 3-4 лет после правильно проведенного адаптационного периода не привыкает к детскому саду, это серьезный повод обратиться к специалисту.