

Консультация для родителей

*Особенности
адаптации в
ясельной группе*



Адаптационный период можно разделить на несколько этапов.

1 этап подготовительный. Его следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад.

Задачи этого этапа - сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщаться к новым для него условиям.

В процессе подготовительного этапа необходимо особое внимание уделить рациону питания малыша, приучать есть всевозможные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и многое другое.

Необходимо обратить внимание на режим дня ребенка.

Режим в жизни ребенка чрезвычайно важен, и резкая его смена - это, безусловно, дополнительный стресс. Родителям советуем заранее узнать режим детского сада и начинать его постепенно вводить дома, адаптировать к нему ребенка.

Так же необходимо обратить внимание на навыки самообслуживания и самостоятельности. Ребенок умеющий есть, раздеваться, одеваться не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых.

Так же стоит выяснить у родителей, каков способ кормления и засыпания ребенка.

2 этап - основой.

Главная задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя. Родители должны понимать важность этого этапа и постараться установить с воспитателями доброжелательные отношения. Следует открыто и подробно рассказать, воспитателю об особенностях ребенка: что он любит кушать, какую игрушку любит больше всего, как он засыпает, как его ласково называют дома.

Важно отметить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребность общения со сверстниками, она пока не сформировалась.

В этом возрасте взрослый выступает для ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.



8. Баланың жан-жақты дамуына қолайлы қауіпсіз жағдай жасаңыз.

9. Баланы тым еркелетпеңіз. Онымен өзіңізбен тең дәрежедегі адам ретінде сөйлесіңіз. Есіңізде болсын сіздің сөйлеген сөзіңізді, іс әрекетіңізді балаңыз қайталайды.

10. Балаға өз бетінше жеке басының тазалығын қадағалауды және де әр түрлі жағдайларда өзін қалай ұстау керектігін түсіндіріңіз.

11. Жақсы іс әрекеті үшін сөзбен немесе сыйлықпен мадақтап көтермелеңіз.

12. Бала кішкентайынан бастап ата-анасын, үлкендерді, жақындарын сыйлау керектігін білу тиіс.

13. Ешқашанда баланың икемсіздігін күлкіге айналдырып және де қорқыныштарына күлмеңіз. Қайта керсінше баланың қорқыныштарын бірге шешіп сенімді қарым-қатынас орнатыңыз.

14. Қаншалықты уақытыңыз аз болсада балаңыздың жан-жақты дамуына көңіл бөліңіз. Есіңізде болсын балаңыз сіздің ең басты байлығыңыз.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических особенностей ребенка, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Ребенок в период адаптации – живая модель стрессового состояния! Стресс это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим.

Выделяется три особенности адаптации.

1 особенность: ребенок в период адаптации находится в состоянии срыва динамического стереотипа.

В период адаптации эти стереотипы меняются.

2 особенность: стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменением гормональной системы организма.

3 особенность: в период адаптации иммунная система организма, его защитные механизмы ослабевают.

И чаще всего, пребывая в ДОУ на 5-7 сутки, ребенок заболевает.



**Врачи и психологи различают
три степени адаптации:
легкую, среднюю и тяжелую.**

Легкая степень адаптации: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов с детьми и взрослыми, сам идет на контакт.

Заболееваемость не больше одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений.

Средняя степень адаптации: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении.

Нервно- психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности).

Заболееваемость до двух раз сроком не более 10-дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.

Тяжелая степень адаптации: характеризуется значительной длительностью (от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

Нужно стремиться к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.



қажетті кеңес

1. Баланың міндетті түрде өздігінен орындайтын жұмыстары болуы қажет. Сіз тек осы жұмыстардың орындалуын қадағалауыңыз керек.
2. Мейлі қаншалықты тиянақты әрі жылдам орындасаңызда, балаға жүктелген жұмыстарды өзіңіз орындауға тырыспаңыз.
3. Балаңызды тыңдауды үйреніңіз. Шыдамды болыңыз, балаңыздың сөзін бөліп, оның ойын өзіңіз аяқтауға тырыспаңыз және баланы асықтырмаңыз.
4. Балаңызға өз көзқарасыңызды тықпаламаңыз. Өзіңіздің нұсқаңыздың дұрыс екенін дәлелдермен түсіндіріңіз.
5. Баланың кез-келген қалауын орындауға асықпаңыз.
6. Балаға өзінің іс әрекетін түсіндіруді үйретіңіз. Яғни бала ең алдымен ойланып содан соң ғана шешім қабылдауды үйрену керек. Ең жақсысы өзі сенімсіздік танытқан мәселелерде ата-анасымен кеңесуге болатынын білуі қажет.
7. Баланы қоршаған әлемді танып білуге дағдылаңыз.

Балаға ата — анасы көшбасшы

Ата — ана мен баланың арасында екі түрлі көзқарас болмауы тиіс. Бұл әлі өмірге деген өз көзқарасы қалыптаспаған, жасы кәмелетке толмаған балаларға қатысты. Ата — анасы көш бастайтын көсем болуы қажет бала үшін. Демек, ата — ана әрбір іс — әрекетіне мән беруі қажет. Білікті, білімді, қайсыбір жағдай болмасын, сабырмен қабылдап, нені болмасын, сабырмен қабылдай алатын көшбасшының (ата — ананың) соңынан ереді бала да. Өйтпеген жағдайда бала тарапынан қарама — қайшылықты анық көретін боласыз.

4 — 5 жасында — ақ өз қалауын ата — анасына сөзсіз орындататын бала ерке.

2 жасқа келгенде баланың қалауы (орынды болса ғана) ата — ана үшін заңды. Одан кейінгісі — еркелік. Демек, уақыт өткізбей ертерек қателіктердің орнын толтырып, бала бойындағы еркелікті түзеуге ұмтылған дұрыс

4 — 5 жасқа келгенде бала ата — анасының неге рұқсат етіп, қай қалауының теріс екендігін түсіне білуі тиіс.

Егер осы жасқа дейін ата — ана мен баланың арасындағы қарым — қатынас өз деңгейінде қалыптасса, демек, әрі қарай да олардың арасында қандай да бір үлкен түсініспеушіліктер болмайды.

В процессе адаптации ребенка дошкольном учреждении, воспитатель использует элементы телесной терапии (берет ребенка на руки, обнимает его, поглаживает.)

- предлагает ребенку засыпать с его любимой игрушкой;*
- рассказывает сказки, поет колыбельные перед сном.*

После дневного сна ребенка в период адаптации с целью создания условий успешного пробуждения и бодрствования, воспитатель использует потешки.

Свои слова воспитатель сопровождает действиями и обыгрыванием игрушкой. Ребенок чувствует внимание, заботу воспитателя идет на контакт и вливается в детский коллектив после пробуждения. Использует игровые методы взаимодействия с ребенком.

Воспитатель фиксирует наблюдения за поведением ребенка в листе адаптации до тех пор, пока не нормализуется его поведение. Если ребенок заболевает, это тоже отмечается в листе адаптации, и по возвращении ребенка в дошкольное учреждение воспитатель проводит наблюдения за его поведением в течение трех дней.

Важно провести анализ течения процесса адаптации в группе. Для этой цели надо проанализировать, какова была готовность ребенка к поступлению в детское дошкольное учреждение. И как протекало привыкание под наблюдением воспитателей и медицинской сестры.



Добрый совет: если вы хотите порадовать ребенка сладким, испеките торт самостоятельно, а не покупайте магазинные изделия - вреда будет меньше, а пользы больше.

Ни в коем случае не давайте ребенку только мягкую пищу: каши, булочки, печенье, кисели.

Лучше, если каждый прием пищи ребенок будет заканчивать твердой пищей: яблоком, морковкой, твердой корочкой хлеба, что послужит очищением зубов от мягкого налета, но и будет способствовать формированию правильного прикуса.

С этой же целью следите, чтобы у вашего ребенка не формировались вредные привычки (сосание пальцев и других посторонних предметов).

Соблюдая все эти рекомендации, вы не только сохраните зубы ваших детей, но и будете способствовать укреплению здоровья вашего ребенка в целом.



Бейімделу кеңестері:

— Үйдегі жағдайды балаңыз келетін топтың күн режимімен бірдей етіп ұйымдастыруға жұмыстаныңыз.

— Балабақшаның тамақтану ас мәзірімен танысып баланың үйдегі тамақтануына балабақшада ішетін тамақтар түрін қосыңыз

— Үйдегі жағдайда баланың өзіне — өзі қызмет етудің алғы шарттарына үйрете беріңіз: жуыну, қолын сүрту, шешіну, өз бетімен тамақтану, тамақ ішкенде қасықты пайдалану, горшокқа сұрану. Киімдері міндетті түрде өзіне ыңғайлы болуы шарт: шалбар не болмаса шорты замоксыз, белдеушесіз.

— Баланың «социалдық көкжиегін» кеңейтіңіз, ауладағы өзімен құрдас балалармен көбірек ойнатыңыз, жолдастарына қонаққа барсын, әжесінде қонуға қалсын т.с.с. Осындай тәжірибе жинақтаған бала өз құрдастары мен үлкендер арасында тез үйренісіп, тіл табысатын болады.



— Кейбір балалар үшін аптаның ортасында жүйкесін тоздырмау үшін «демалыс» алуға болады. — Бейімделу мерзімінде үйде демалыс кезінде баламен көп шұғылдандуды қажет етеді, серуен жасау, күн режимін сақтау, эмоциялық жүктемесін түсіру қажет.

— Бала балабақшаға тек ауырмай келуі қажет. ОРЗ, ОРВИ сақтану үшін түрлі витаминдер пайдалану қажет, мұрын қуыстарын оксолин мазмен сылап тұру қажет. Егер Сіздің балаңыз көпшіл, өз жақындарыңыз бен бірге бөтен адамдарды жатырқамаса, ойын кезінде өздігімен ойнай білсе, мінезі ашық, өз құрдастарымен мейрімді болса балабақшаға келген күннен бастап – ақ үйреніп кететіне сеніңіз. Баланың балабақшаға барлық бейімделу уақытында психологпен балабақшаның медика – педагогикалық қызметі бақылауға алады.

