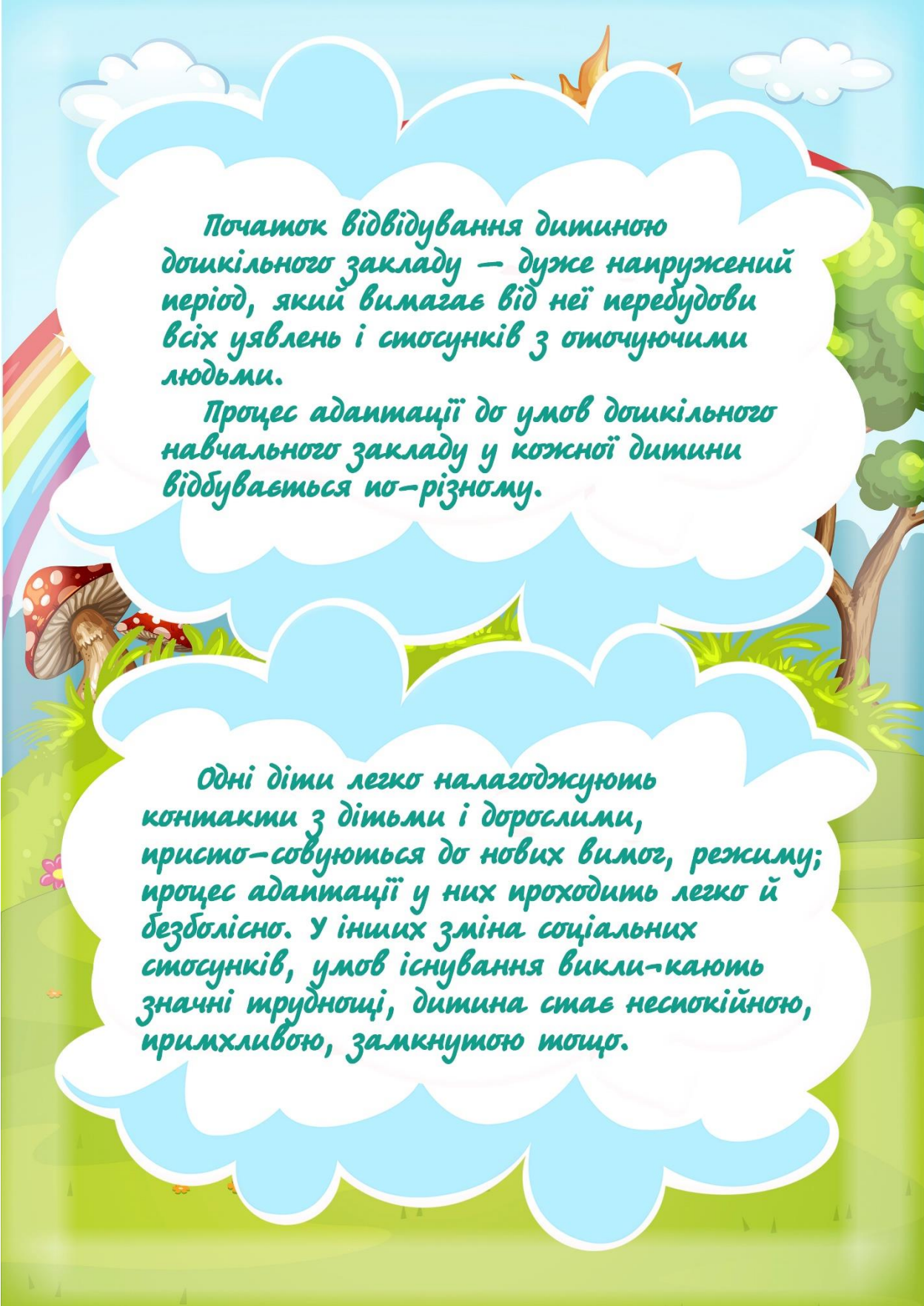


*Адаптація дітей до
умов дошкільного
навчального закладу.*

Як допомогти?





Початок відвідування дитиною дошкільного закладу – дуже напружений період, який вимагає від неї перебудови всіх уявлень і стосунків з оточуючими людьми.

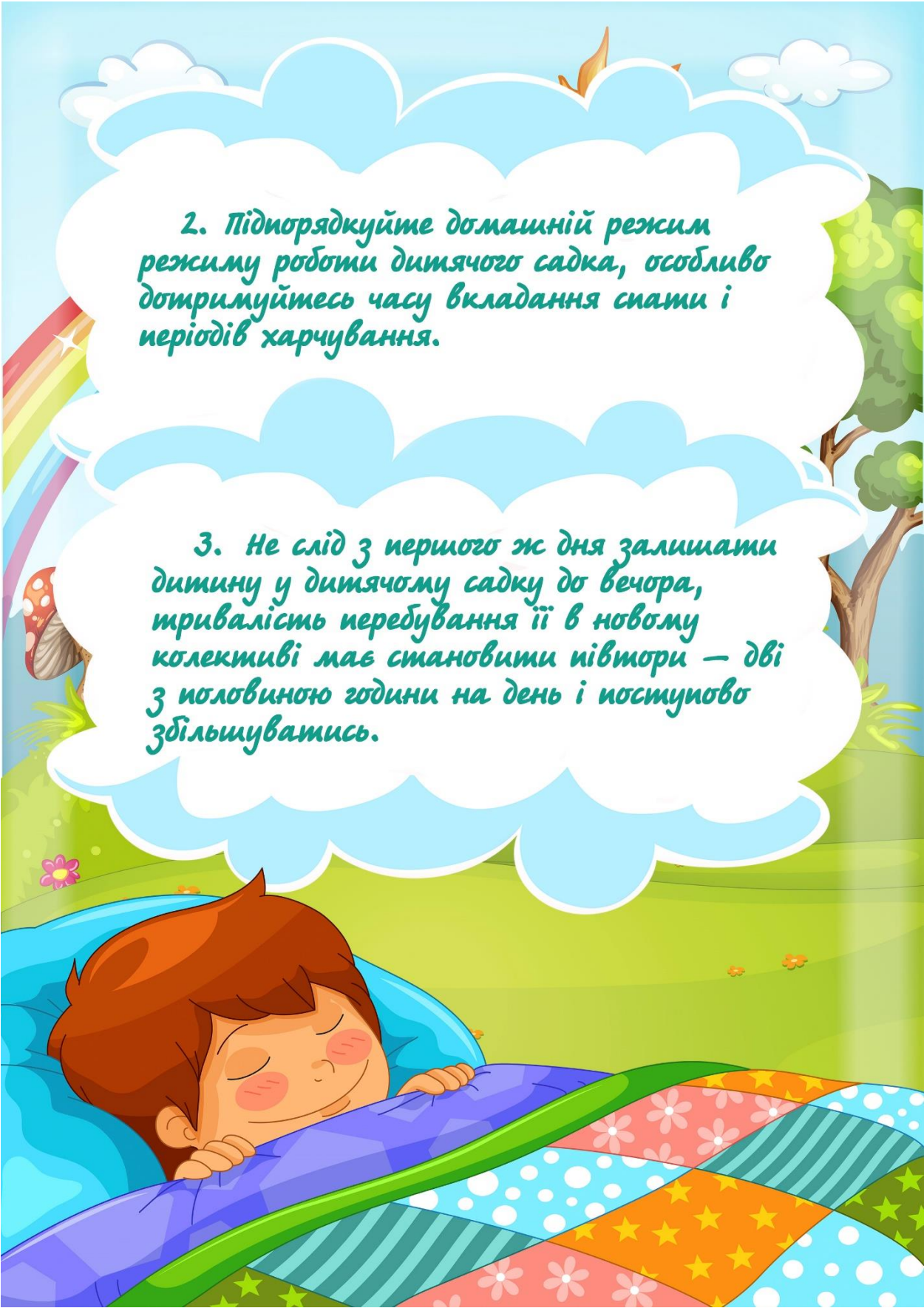
Процес адаптації до умов дошкільного навчального закладу у кожної дитини відбувається по-різному.

Одні діти легко налагоджують контакти з дітьми і дорослими, пристосовуються до нових вимог, режиму; процес адаптації у них проходить легко й безболісно. У інших зміна соціальних стосунків, умов існування викликають значні труднощі, дитина стає неспокійною, примхливою, замкнутою тощо.

Щоб процес пристосування дитини до нових умов пройшов максимально безболісно, необхідно підготувати її до цього.

1. Дайте дитині позитивну перспективу: розкажіть, що в дитячому садку багато діток, іграшок, там буде цікаво і добре.





2. Підпорядкуйте домашній режим режиму роботи дитячого садка, особливо дотримуйтесь часу вкладавання спати і періодів харчування.

3. Не слід з першого ж дня залишати дитину у дитячому садку до вечора, тривалість перебування її в новому колективі має становити півтори – дві з половиною години на день і поступово збільшуватись.

4. Якщо дитина ще не володіє навичками гри та самообслуговування, необхідно організувати спеціальні вправи розвитку цих навичок.

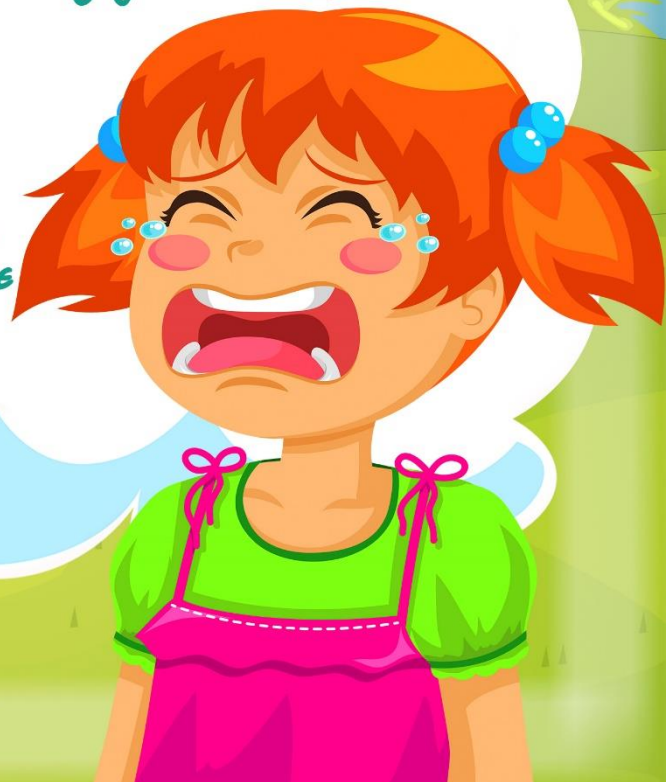
5. Повідомте вихователів про звички і вигодобання вашого малюка




Варто знати!

Процес адаптації хоча і відбувається по-різному у кожної дитини, але має відносно стійкий сценарій свого розвитку у вигляді певних етапів:

1 етап триває 2-3 тижня і характеризується тим, що усі системи організму відповідають на зміни умов бурхливою реакцією і значним напруженням. Дитина може стати збудливішою, тривожнішою, агресивнішою або відлюдною. У неї порушується сон, апетит і настрій. Тому цей етап має назву «Шторм».





2 етап може тривати від 1 тижня до 2–3 місяців. Приспосовання відбувається нестійко, бурхливість 1 етапу поступово вщухає. Дитина продовжує вивчати нове оточення, робить спроби брати участь в активній діяльності, починає виявляти зацікавленість.



3 етап триває від 2–3 тижнів до півроку. Це період відносно спокійного і стійкого пристосування дитини до нового оточення. Малюк починає реагувати на умови цього нового оточення адекватно, спокійно. Він поступово звикає до режиму дня у садочку, до спілкування з новими дорослими і однолітками, до спільної гри з ними. Стабілізується сон, апетит і настрій.

Великого значення в подоланні проблем до умов дошкільного закладу набувають дорослі. Батьки, вихователь та практичний психолог мають створити всі необхідні умови для того, щоб процес адаптації дитини минув максимально безболісно.

