

Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучить его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.

Не обсуждать при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.

Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.

Устранить устранимые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.

Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.

Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня для ребенка дома.

Повысить роль закаливающих мероприятий.

Оформить в детский сад по месту жительства.

Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.

Настроить малыша как можно положительное к его поступлению в детсад.

«Раскрыть секреты» малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание его.

Чтоб Ваш ребенок был как надо подготовлен к саду, прослушать цикл лекций в детской поликлинике об адаптации детей к дошкольным учреждениям.

Готовить Вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у Вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим.

**Анамнестические факторы риска,
осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению**

1. До родов (антенатальные факторы)

- Токсикозы 1 и 2 половины беременности
- Острая и инфекционная заболеваемость матери в период беременности.
- Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.
- Прием лекарственных препаратов матерью во время беременности.
- Стрессовые ситуации у матери в период беременности (конфликты на работе, в семье, горестные переживания).
- Профессиональные вредности матери в период беременности.
- Употреблению матерью алкоголя во время беременности.
- Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
- Курение матери в период беременности.

2. Во время родов (интранатальные факторы)

- Осложнения в родах.
- Наличие асфиксии разной степени тяжести.
- Родовая травма.
- Хирургические вмешательства во время родов.
- Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

3. После родов (постнатальные факторы)

- Недоношенность или переношенность ребенка.
- Крупная масса тела (вес больше 4 кг.)
- Заболеваемость на первом месяце жизни.
- Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
- Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка)
- Искусственное вскармливание ребенка.
- Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипотрофия, паратрофия, анемия)
- Частые ОРВИ, острые инфекционные заболевания у ребенка до 3-х лет.
- Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, врожденный порок сердца и т.д.)
- Задержка нервно-психического развития.
- Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.
- Отсутствие закалывающих мероприятий.
- Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.
- Лишения общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
- Конфликтные взаимоотношения в семье.
- Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
- Первый или единственный ребенок в семье.

КАК НАДО вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад.

Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.

Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

Щадить его ослабленную нервную систему.

Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.

На время прекратить походы в цирк, в театр, гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.

Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу.

При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания врача.

КАК НЕ НАДО вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад

В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде.

«Наказывать» ребенка детским садом и поздно забирать домой.

Мешать его контактам с детьми в группе.

Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему. Водить ребенка в многолюдные и шумные места.

Все время кутать, одевать не по сезону.

Конфликтовать с ним дома.

Наказывать за детские капризы.

В воскресные дни резко изменять режим ребенка.

Все время обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с детским садом.

Не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка.

Не выполнять все предписания врача.

Особенности адаптации детей к условиям ДОУ

Особенности адаптации детей к условиям ДОУ выражаются в особенностях поведения и проявления эмоций. Все это можно отразить в эмоциональном портрете ребенка. Так что же это за портрет ребенка? Какие показатели включает он?

Отрицательные эмоции. Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть и в то же время, его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы. О сне вообще не стоит говорить... Вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая «белку в колесе». Вырывается из рук нянь или воспитателей и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. И так по несколько раз в день.

Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что, хоть на время, у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны. В палитру плача входит также и «плач за компанию».

Страх — обычный спутник отрицательных эмоций. Навряд ли удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз, во время адаптации к детсаду. Он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам, гнездится в нем самом. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей.

Страх - источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.

Гнев. Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В период адаптации ребенок раним настолько, что поводом для гнева может служить все.

Положительные эмоции — противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Обычно в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто «опьянен» реакцией «на прелесть новизны». Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные «лекарства», вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.

Социальные контакты. Уже в три года малыш обычно любит контактировать с людьми. Коммуникабельность ребенка — это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это средство. В такой момент малыш обычно, плача, подбегает к воспитательнице, хватая за руку, пытается тянуть к входной двери и молит, чтобы она отвела его домой. Малыш готов пойти на компромисс с заведующей или няней, он даже молит медсестру ... пусть не домой, но только, чтобы увели его из группы. Как только малыш сумеет наконец наладить нужные контакты в группе, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль.

Познавательная деятельность — обычно верный «друг» всех положительных эмоций. Познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. Малыш, впервые придя в детский сад, нередко интересуется игрушками и не желает интересоваться ими.

Социальные навыки. Под прессом стресса малыш обычно изменяется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которыми успешно пользовался дома.

Однако же по мере адаптации ребенка к условиям организационного коллектива, он

«вспоминает» вдруг забытые им навыки, в придачу к ним легко усваивает новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет.

Двигательная активность. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен.

Сон. Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как «ванька-встанька». Его не успеваешь уложить, как он уже сидит, рыдая, на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но сон навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением.

Аппетит. Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.

На фоне стресса ребенок может похудеть, без каких-то видимых причин, возможно кратковременное повышение температуры.

Отрыв от матери, внезапное прекращение поступления необходимого ему для жизни витамина «М» - в огромной степени провоцирует стресс у ребенка.

Итак: **разлука — страх — стресс — срыв адаптации — болезнь...** Но все это обычно свойственно ребенку с тяжелой или неблагоприятной адаптацией к детсаду.

Надо помнить, что возможность неблагоприятной адаптации у малыша обычно резко возрастает, когда в анамнезе (воспоминание о жизни) у ребенка имеется ряд неблагоприятных факторов развития, обычно называемых врачами «факторами риска».