|  |
| --- |
| **Адаптація дітей дошкільного віку ЗДО**  **Адаптацiя** — пристосування органiзму до нових умов життя. Труднощі, яких зазнають дiти в перiод адаптацiї до дитячого закладу викликають цiлу низку негативних змiн у їхньому емоцiйному станi, поведiнцi, станi здоров’я. Вiдмiчається порушення емоцiйного стану (переважають сум, туга, страх, збентеженiстъ або загальмованiсть, тривожнiсть), спостерiгаються зниження мовної та iгрової активностi дiтей, порушення сну, зниження апетиту.    **Рекомендації для батьків**  **Як треба батькам готувати дитину дошкільного віку до відвідування дитячого садка**  1.Не обговорювати при маляті хвилюючі Вас проблеми, пов'язані з дитячим садком.  2. Заздалегідь довідатися в дільничного лікаря, який тип адаптації можливий у дитини, вчасно прийняти всі міри при незадовільному прогнозі.  3. Якомога раніше  провести оздоровчі заходи, які призначив лікар.  4. Відправити дитину в дитячий садок лише за умови, що вона здорова.  5. Не віддавати дитини в дитячий сад у розпалі кризи трьох років.  6.3аздалегідь довідатися всі нові моменти в режимі дня в дитячому садку й ввести їх у режим дня дитини вдома.  7. Підвищити роль  заходів, що загартовують.  8. Оформити в дитячий сад за місцем проживання.  9. Якомога раніше  познайомити малюка з дітьми в дитячому саду та з вихователями групи, куди він незабаром   прийде.  10. Намагатися віддати його в групу дитячого саду, де в дитини є знайомі ровесники, з якими він раніше грав удома або у дворі.  11. Настроїти малюка як можна позитивніше до його надходження в дитячий сад.  12. Учити дитини будинку всім необхідним навичкам самообслуговування.  13. Не загрожувати дитині дитячим садом як можливим покаранням.  14.Готовити дитину до тимчасової розлуки з Вами, дати зрозуміти малюку, що це неминуче тільки тому, що він уже великий.  15. Не нервувати й не показувати свою тривогу напередодні надходження дитини в дитячий сад.  16. Планувати свою відпустка так, щоб Ви могли перший час не залишати дитину на цілий день у дитячому садку.  17. Увесь час пояснювати малюку, що він для Вас, як і колись є ЛЮБИМИМ.  18. Налаштовувати дитину на позитивне відношення до дитячого саду, що це дуже здорово, що вона доросла до саду й стала такою дорослою.  **Як треба поводитися  батькам з дитиною, коли вона уперше почала відвідувати дитячий        садок.**  І. Не залишати його в дошкільній установі на цілий день, якомога раніше  забирати його додому.  2. Створити спокійний безконфліктний клімат для нього в родині.  3. Щадити його ослаблену нервову систему.  4. Не збільшувати, а зменшувати навантаження на нервову систему.  5. Якомога раніше  повідомити медсестрі й вихователеві про особистісні особливості дитини.  б. Не кутати дитини, а одягати його так, як необхідно відповідно до  температури.  7. Створювати у вихідні дні будинку для нього режим такої ж, як і в дитячому саду.  8. Не реагувати на витівки дитини й не карати його за капризи.  9. При виявленій зміні у звичайному поводженні дитини якомога раніше  звернутися до лікаря.  10. При вираженні невротичної реакції залишити маля на кілька днів вдома й виконувати приписання лікаря.    **Ознаки важкої адаптації дитини**  1. Негативні емоції – пригніченість, постійне  пхикання, плач, не відповідає на питання й т.д.  2. Страх –  невідомої обстановки, зустрічі з незнайомими людьми, страх, що не заберуть додому, острах зрадництва батьків.  З. Гнів – приводом може послужити все.  4. Рухова активність – рідко зберігається в межах норми: або сильно загальмований, або гіперактивний.  5. Сон – на початку може бути відсутнім, неспокійним, перериваться схлипуванням, раптовим пробудженням – це ознака адаптованості дитини.  6. Апетит –  чим менш сприятливо адаптується дитина, тим гірше апетит.  7. Соціальні контакти – у перші дні може бути замкнутою, нелюдимою прагнути до контакту тільки з дорослими.  8. Пізнавальна діяльність – знижується, вгасає на тлі стресових реакцій.  9. Мова –  міняється, бідніє словниковий запас.    **Рекомендації для вихователів**          Як полегшити адаптаційний період  дітей у групі дошкільного закладу   1. Налагодити тісний позитивний  зв’язок з батьками дитини, яка буде відвідувати групу. 2. Ознайомити батьків з режимом дня у дошкільному закладі та рекомендувати дотримуватися його вдома. 3. Встановити позитивний, доброзичливий настрій у групі та у відношеннях до дітей. 4. Зустрічати дітей посмішкою та лагідними словами у роздягальні, швиденько переключати увагу дитини від тяжкого розлучення з батьками (можна використовувати ляльки-рукавички з лялькового театру). 5. Заспокоїти дитину після прощання з батьками, привернути увагу до іграшок, предметів кімнати, показати де малюк буде їсти, відпочивати, грати та т.і. 6. Називати дитину за ім’ям так, як її зазвичай звуть вдома. 7. Не вводити у перші дні перебування дитини у групі жорсткі обмеження, правила, дитини потрібен час, щоб їх зрозуміти та звикнути. 8. Не дорікайте і не лайте дитину, якщо в неї щось не виходить, не акцентуйте уваги інших дітей. 9. Відносьтеся до дитини так, як до своєї власної, так як би ви хотіли, щоб поводилися з вашою.   10.   Пам’ятайте, від першого враження дитини залежить і її ставлення до Вас і до закладу в цілому!      **Психологічна роль батька у вихованні дитини**  Не лише мама, але й тато, впливають на життя, розвиток характеру дитини, а також на її вподобання, смаки. Любов та опіка татусів формують із малечі дорослих, впевнених у собі людей, які відчувають захист. Приклад батька – своєрідний орієнтир, як себе поводити, насамперед для хлопчиків. А дівчатка, здебільшого, шукають майбутнього чоловіка, керуючись образом тата, закладеним глибоко в свідомості ще з раннього дитинства.   Тато – це той, хто хоче зловити вас, перш ніж ви впадете, але замість цього піднімає вас після падіння, обтрушує й дозволяє вам спробувати ще раз.  Ми часто кажемо про проблеми, з якими зіштовхуються матері при вихованні дітей. Але непотрібно забувати про ту найважливішу роль, яку відіграють батьки в житті й вихованні дитини.  Роль батька не обмежується тим, що треба заробити гроші й оплатити рахунки. Залучений до виховання батько може зробити значний внесок у соціальний, когнітивний та емоційний розвиток своєї дитини.  Крім того, раннє залучення батька до процесу догляду за дітьми призводить до стабільності в подружньому житті й підвищує ймовірність тривалого та щасливого шлюбу після народження першої дитини.  **Можна виділити сім основних аспектів того, як батько може вплинути на життя свого малюка, якщо із самого початку буде залучений у його виховання.**  1. *Батько є взірцем для наслідування.* Коли дівчинка підросте, вона мимоволі буде шукати в чоловіку якості, які бачила у свого батька. Ніжний і люблячий батько закладе в доньки бажання шукати супутника життя з аналогічними якостями, до яких вона звикла та з якими добре уживається.  Хлопчик, у свою чергу, буде наслідувати свого батька. Він буде прагнути отримати його схвалення й копіювати поведінку, яка йому знайома, яку він вважає успішною й гідною поваги. У той же час, якщо батько звик домінувати та вдаватись до насильства, своїм прикладом він, швидше за все, виховає жорстокого й авторитарного сина.  2.*Унікальний досвід ігор з татом.* Батьки й матері спілкуються та грають з дітьми по-різному. Ігри дитини один на один з батьком, як правило, є більш стимулюючими й захоплюючими в порівнянні з іграми з матір’ю. Така взаємодія дає дитині можливість пізнати світ і свій власний діапазон емоцій, а також способи справлятися з емоціями в безпечному середовищі.  3.*Розвиток когнітивних функцій*. Батьки, залучені у виховання дітей, сприяють кращому розвитку їхніх когнітивних функцій, бо схильні вести розмови з використанням великої кількості запитань «Що?», «Де?», «Коли?» і «Чому?», а також розгорнутих відповідей, які допомагають дитині зрозуміти, як улаштований світ. Якщо батьки беруть участь у навчанні дітей, ті, як правило, демонструють кращу академічну успішність.  4.*Підготовка до дорослого життя.* Хороший батько не буде робити роботу або вирішувати проблеми за свою дитину, а завжди буде підштовхувати її до того, щоб дитина впоралася з ними самостійно. Батьки заохочують у дітей почуття самостійності, незалежності та впевненості в собі. Вони кидають дитині виклик, щоб та спробувала вирішити проблему різними способами, що сприяє формуванню здорової самооцінки й почуття впевненості в собі. Ці навички готують дитину до спілкування з зовнішнім світом і вирішення проблем.  5.*Позитивна поведінка.* Дослідження показують, що діти, які мали доброзичливі стосунки зі своїми батьками, проявляють позитивну соціальну поведінку в суспільстві й менш схильні до депресії. Хлопчики, чиї батьки були залучені у виховання, мали менше проблем з поведінкою, у той час як дівчатка, яких дбайливо любили батьки, мали більш високу самооцінку.  6. *Дисципліна.* Дисципліна є одним з найбільш складних аспектів виховання дітей. Мамі й батьку дуже важливо зберігати спокій під час вирішення складних виховних питань і ніколи не суперечити один одному при дитині. Батьки можуть полегшити життя всієї сім’ї, взявши на себе відповідальність за підтримання дисципліни, оскільки вони, як правило, демонструють більшу ефективність у цьому питанні. Дослідження показують, що батьки більш успішні в підтримці дисципліни у хлопчиків.  7. *Свобода та відповідальність*. Батьки перебувають у становищі людей, які розмовляють зі своїми дітьми-підлітками про цінності й переконання, і пропонують їм свободу поряд з почуттям відповідальності. Залучення дітей до спільної домашньої роботи також заохочує їх почуття відповідальності, яке робить більш зрілим їхнє мислення, дає їм відчуття контролю над своїми власними успіхами й невдачами.  Батько незамінний у житті дитини. Навіть якщо подружжя не разом, батько все одно може успішно грати свою роль. Завдяки спілкуванню з батьком у дитини розвиваються критичне мислення, мотивація, соціальні навички, самостійність і незалежність. Такі діти виростають більш чуйними, мають кращі стосунки в соціумі й набагато ефективніше справляються зі стресами й розчаруваннями. |