

Внимание! Адаптация!

Перед родителями в какой-то момент обязательно встанет такая проблема, как посещение ребенком детского сада. Казалось бы, что здесь может быть сложного? Ведь ответственно за малыша перекладывается на сторонних людей, которые станут о нем заботиться и следить, чтобы он не попал в неприятности. Тем не менее, не все настолько просто в этом случае. Предлагаем некоторые рекомендации по адаптации.

До того, как выяснить, какой должна быть адаптация к детскому саду, рекомендуем родителям определиться с основной его целью. Детский сад имеет как положительные, так и отрицательные моменты. **Пройти через адаптацию к этому дошкольному учреждению необходимо по следующим причинам.**

1. Сам по себе детский сад – это прекрасное место для адаптации к обществу. Ребенок получает необходимые коммуникативные навыки и, что особенно подчеркиваем, значительно укрепляет иммунитет. Родители или бабушка с дедушкой полноценное развитие ребенка не обеспечат.

2. Но зато посещение детского сада – это огромная угроза как для здоровья, так и для психики. Малыши, посещающие детский сад, болеют гораздо чаще, а порой и получают психические травмы при неправильном подходе мамы с папой и воспитателей.

То есть важность адаптации в этом случае оказывается огромной. Что можно сделать для более успешной адаптации? Рекомендуем обратить серьезнейшее внимание на далее представленные аспекты.

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

Сразу следует оговориться, что даже в самых благоустроенных детских садах дети болеют намного чаще, чем дома. Причем, адаптационный период серьезно растягивается во времени. Некоторым детям достаточно трех месяцев, а другие и за год не проходят через адаптацию. **Поэтому мы даем такие рекомендации относительно первичной адаптации ребенка.**

1. Лучше отдавать малыша в детский сад еще в тот период, когда мама находится в декретном отпуске. Как только появляются первые признаки

заболевания, ребенка получится без проблем оставить дома на несколько дней. А заболевания обязательно будут возникать.

2. Необходимо грамотно выбрать время года, когда малыш пойдет в детский сад. Адаптация пройдет успешнее летом или зимой. Зато межсезонье – время далеко не самое удачное. Осенью и весной простудные заболевания свирепствуют как никогда.
3. Предварительно родители должны поинтересоваться политикой воспитания детей в детском саду. Советуем отдавать малыша в тот детский сад, где не кормят детей насильно и не стараются максимально их утеплить при прогулках. Это затрудняет адаптацию довольно серьезно.

Даже в очень сложных случаях адаптация рано или поздно происходит. Но стоит позаботиться о том, чтобы она прошла быстрее и оказалась безболезненной. **Родителям, заботящимся о детях лучшим образом, советуем придерживаться таких моментов.**

1. В первые месяцы посещения к сыну или дочке необходимо относиться особенно благосклонно. Для них детский сад – огромный стресс. Если еще и родители окажутся слишком жесткими в обращении, на успешную адаптацию рассчитывать не придется.
2. Еще до того, как дитя отправится в детский сад, следует расширить круг людей, находящихся рядом с ним. Поэтому стоит походить с ним на детские площадки или завести знакомства в парке. Для дошкольников есть немало кружков, где также получится найти новых знакомых. Достаточно нескольких посещений кружка, чтобы адаптация впоследствии прошла быстрее.
3. Также рекомендуем заранее позаботиться об укреплении иммунитета. Намного лучше, если ребенок пойдет в детский сад со сформированной защитой от бактерий и вирусов. Тогда его адаптация окажется простой, а частота болезней значительно сократится. Значит, здоровье малыша останется в норме.

Естественно, в адаптации к детскому саду мы видим немало проблем. Но отмечаем, что болезни в детском возрасте не только неизбежны, но еще и в некоторой степени полезны. **Переболев простудой в детском саду, дитя получит более стойкую защиту от заболеваний в будущем.** Родителям остается только упростить процесс привыкания. Сделать это не так сложно, если подойти к процессу ответственно.

Врач: Шуринова Н.М.

Мед.сестра: Перунова Н.Л.