

Уважаемые родители (законные представители), при оформлении ребенка в детский сад вам необходимо иметь с собой:

- медицинскую карту ребенка;
- копию медицинского полиса ребенка;
- копию свидетельства о рождении ребенка;
- копии паспортов родителей;

Пакет документов для бухгалтерии:

- копии свидетельств о рождении всех детей;
 - копии паспорта мамы;
 - лицевой счет мамы;
 - справка о составе семьи на имя мамы.
-

Что мешает ребенку адаптироваться к детскому саду?

Рано или поздно многие родители по тем или иным причинам пытаются отдать своего ребенка в ДОО, даже когда есть возможность оставить его дома.

Вот он ходит в детский сад день, второй, неделю... только Вы почему-то не рады, а скорее озабочены этим. Вы не узнаете ребенка, его будто подменили. С ним все время что-то происходит, только непонятно что. Он стал вести себя как совсем маленький. Почти разучился говорить, по любому поводу истерики, причем несколько час подряд. Снова стали мокрыми штанишки. Ничего не есть и плохо спит. Да еще пуглив, как никогда: боится даже своей тени. И... не хочет ходить в детский сад.

Каждый день отговорки. Расстается с плачем, говорит, что его никто не любит, что он обещает быть хорошим, лишь бы рядом была мама. Причитает так, что щемит сердце. Да еще хватается за юбку и умоляет, заглядывает Вам в глаза. Ваш ребенок, который еще недавно мучил Вас своими бесконечными «я сам», вмешиваясь во все взрослые дела и не давая Вам покоя, позабыв про это, вновь мечтает об опеке и «молит» о ней, просит Вас о помощи. Да, о помощи... вы не ошиблись. Только для чего ему она? Ведь другие дети тоже ходят в садик. Многие пришли раньше его. Посмотрите, как они играют и смеются над Вашим ребенком.

Ну а он? Он до сих пор ни с кем не дружит, да и не хочет подружиться. Воспитательницы жалуются на него. Целый день сидит один, не разговаривая даже с ними, весь нахохленный, будто воробей, впившись взглядом во входную дверь. Та лишь только скрипнет, и Ваш ребенок уже к ней мчится с такой скоростью, будто кто-то гонится за ним. Постоит, увидит, что пришла не мама, и опять садится, снова ждет. В первый день его хоть как-то можно было отвлечь новыми игрушками, но теперь не действует и это. Он швыряет их, словно они ему не нужны.

Да, с ребенком что-то происходит, он как бы «развивается назад». У него это отмечается во всем: в речи, навыках, умениях, игре. И это только за неделю! Что же будет, если он еще походит в сад? Сколько можно «развиваться вспять»? Он, в конце концов, не сказочный герой...

Всем понятно, что это нереально. Может быть, он просто заболел? Подхватил какую-то инфекцию, повлиявшую так сильно на него? У него и в самом деле насморк. А вчера была температура... почему ему так не мил детский сад? Он же сам твердил, что ему скучно, он же хотел играть с детьми. Значит, он притворялся? Ведь, в конце концов, не подменили же малыша!

«Подменили»... «Подменили» жизнь и обстоятельства. Ваш ребенок такой, каким он должен быть. Не волнуйтесь, все естественно, и в скором времени пройдет. Ваш ребенок просто адаптируется (приспосабливается) к саду. Адаптация обычно протекает сложно, с массой негативных сдвигов в детском организме, происходящих на всех уровнях, во всех системах. Только Вам обычно видна лишь надводная часть айсберга – поведение ребенка, которое приводит Вас в смятение.

А если бы Вы знали, что творится в организме и душе ребенка, когда он впервые идет в детский сад! Он постоянно испытывает сильное нервно-психическое напряжение, не прекращающееся ни на минуту!

Если бы Вам удалось сравнить силу стресса, испытываемого ребенком в период адаптации к организованному коллективу, с силой стресса космонавта, отправляющегося в полет, результаты Вас ошеломили бы. Они были бы идентичны! Представляете... у малыша и космонавта... Адаптация к детскому саду и космический полет...

Да, конечно, в это трудно поверить, но это факт, который хоть немного объясняет, почему ребенок «развивается назад». Он находится в особом «третьем состоянии» между здоровьем и болезнью. Что-то сходное испытывали Вы, когда были беременны. Но постоянно находиться в «третьем состоянии» нельзя. И поэтому сегодня или завтра Ваш ребенок или на самом деле заболеет, или снова станет самим собой. Если выраженность стресса минимальна, в скором времени Вы позабудете о негативных сдвигах адаптационного процесса и о том, что беспокоит Вас сегодня. Это свидетельство легкой, или благоприятной адаптации.

Если выраженность стресса велика, у ребенка будет срыв и он скорее всего заболеет. Срыв, как правило, свидетельствует о неблагоприятной, или тяжелой адаптации.

Значит, адаптация бывает легкой и тяжелой. Но это – крайности. Есть и промежуточный вариант. Но об этом позже. А пока... Пока Вы просто наблюдаете проявления протеста ребенка в виде различных невротических реакций, говорящих о довольно сильном психоэмоциональном напряжении, которое он испытывает. Это напряжение даже может вызвать кратковременное повышение температуры. Обычно в этих случаях врач говорит об «адаптационных свечах». Такие «свечи» лишний раз подчеркивают тяжесть адаптационного периода.

Итак, адаптация ребенка к новым для него условиям среды – тяжелый и болезненный процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме. Всему виной стресс, превращающий на время ребенка в другого человека, разрушающий его защитные барьеры, нарушающий ряд

важных физиологических реакций, необходимых для поддержки состояния здоровья. Стресс похож на пламя, сжигающее все нещадно на пути. И если не найти «огнетушитель» и не залить бушующее пламя, оно «сожжет» весь организм ребенка и Вам уже придется лечить «ожоги» всю жизнь.

Стресс приводит к снижению защитных сил организма, и от дуновения ветерка ребенок может заболеть, произойдет срыв адаптации, после чего придется адаптироваться заново. И вновь появятся все вышеперечисленные отклонения в поведении ребенка. И так до бесконечности..

Давайте еще раз уточним, что провоцирует в подобной ситуации стресс. В огромной степени – отрыв от матери. Конечно же, ребенок неразрывно связан с Вами, мама – главное, что было у него и есть. И вдруг мама предала его – взяла и «обменяла» на работу, бросила его на произвол судьбы среди ужасной новой обстановки и незнакомых ему ранее детей, которым нет дела до него. А если даже есть, так только для того, чтобы лишний раз над ним посмеяться.

И чтобы продержаться в новой обстановке, ребенку необходимо вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и страдает от этого, боится, что сделает что-то не так.

А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который имеет начало – отрыв от матери, разлуку с матерью, сомнения в ее альтруистической любви. Итак: разлука – страх – стресс – срыв адаптации – болезнь...

Описанное характерно при тяжелой, или неблагоприятной адаптации к детскому саду. При этом типе адаптации процесс, как правило, затягивается на длительное время, и ребенок приспосабливается к организованному коллективу месяцами, а иногда не может приспособиться совсем. Поэтому детей с тяжелой адаптацией, которую можно спрогнозировать еще до поступления в сад, желательно не отдавать в раннем возрасте в ДОО. Лучше это делать по мере совершенствования их адаптационных механизмов.

Одновременно с адаптацией ребенка к детскому саду может наблюдаться и кризис трех лет. В этом возрасте малыш начинает впервые ощущать себя как личность и хочет, чтобы это видели другие. А мы этого не замечаем или не желаем видеть, нам проще, чтобы было все, как раньше. Ребенок, отстаивая, утверждая свою личность, становится ранимее, чувствительнее к воздействию обстоятельств окружающей среды. И именно в тот момент, когда малыш очень сильно нуждается в Вас, когда необходимо щадить его ослабленную нервную систему, Вы взваливаете на плечи малыша еще один тяжелый груз – груз адаптации к детскому саду.

Некоторые дети действительно «надрываются», о чем свидетельствуют видимые изменения в их поведении. Вам надо помнить, что риск тяжелой адаптации у ребенка обычно резко возрастает, когда в анамнезе имеется ряд неблагоприятных факторов развития, обычно называемых врачами «факторами риска». Запомните, что ребенку с тяжелой адаптацией, помимо Вас и воспитателей, поможет только педиатр или узкий специалист.

Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию

ребенка к ДОО.

- I. До родов (антенатальные факторы)
 - Токсикозы I и II 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.
 - Употребление матерью алкоголя в период беременности. Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
 - Курение матери в период беременности.
- II. Во время родов (интранатальные факторы)
 - Осложнение в родах.
 - Наличие асфиксии разной степени тяжести.
 - Родовая травма.
 - Хирургическое вмешательство во время родов.
 - Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.
- III. После родов (постнатальные факторы)
 - Недоношенность или переносимость ребенка.
 - Крупная масса тела (вес более 4 кг)
 - Заболеваемость на первом месяце жизни.
 - Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
 - Курение матери во время вскармливания грудью.
 - Пассивное курение (курение членов семьи в присутствии ребенка).
 - Искусственное вскармливание ребенка.
 - Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипо- и паратрофия, анемия).
 - Частые ОРВИ, инфекционные заболевания у ребенка до трех 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 в новом для ребенка ДОО.
 - Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
 - Конфликтные взаимоотношения в семье.
 - Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
 - Первый или единственный ребенок в семье.
 - Неправильное воспитание ребенка: «кумир семьи», «крон-принц», «Золушка», «ежовые рукавицы», гипер- или гипоопека и т.д.

Вы познакомились с различными анамнестическими факторами риска, которые в той или иной степени воздействуют на адаптацию ребенка к ДОО, препятствуя ее нормальному течению.

Еще раз просмотрите их. Есть факторы, которые Вам изменить сегодня не под силу. Например, все то, что было связано с беременностью и родами ребенка. Однако, среди многих неблагоприятий, влияющих на его адаптацию и выявленных после родов, есть группа факторов (социальные), которые можно и даже нужно устранить.

Например, пассивное курение, отсутствие закаливающих мероприятий, несоответствие домашнего режима режиму в новой для ребенка ДОО, лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми, конфликтные взаимоотношения в семье, неправильное воспитание ребенка и т.д.

Полярный тип тяжелой адаптации – это тип легкой адаптации ребенка, когда Ваш малыш адаптируется к новой обстановке обычно за несколько недель, чаще всего – за полмесяца.

В этом случае с ребенком почти нет хлопот, и изменения в его поведении обычно кратковременны и незначительны, поэтому он не болеет.

Помимо двух полярных типов адаптации имеется еще и промежуточный вариант – адаптация средней тяжести.

При этом типе адаптации ребенок в среднем привыкает к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает. Однако, как правило, болезнь протекает без осложнений, что отличает адаптацию средней тяжести от неблагоприятной.

При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит корректирующие мероприятия ребенку, тем меньше вероятность, что Ваш малыш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это в свою очередь поможет адаптироваться Вашему ребенку и в дальнейшем, когда он переступит порог школы. Ведь доказано, что при тяжелой адаптации к детскому саду ребенок плохо привыкает и еще к условиям начальной школы.

Если вы хотите, чтобы ребенок адаптировался к саду быстрее и легче, как можно раньше устраните все анамнестические факторы риска.

А чтобы подготовить ребенка к поступлению в детский сад, нужно:

- Тренировать с самого рождения систему адаптационных механизмов и приучать ребенка заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему нужно 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.
- Убрать устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.
- Как можно раньше провести оздоровительные или корректирующие мероприятия, назначенные врачом.
- 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 ввести их в режим дня для ребенка дома.
- Проводить закаливающие мероприятия.
- Оформить в детский сад по месту жительства.
- Как можно раньше познакомить ребенка с детьми и воспитателями группы.
- По возможности, устроить ребенка в детский сад вместе с детьми, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- Настроить ребенка как можно положительнее к поступлению в детский сад.
- Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми.
- Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за проступки и непослушание. Прослушать цикл лекций в детской поликлинике об адаптации детей к ДОО.
- Готовить ребенка к временной разлуке с Вами и дать ему понять, что это неизбежно, ведь 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.
- Показывать ребенку, что он, как прежде, дорог и любим Вами.
В первые дни посещения детского сада:
- Нужно настраивать ребенка на мажорный лад, внушать ему, что в детском саду хорошо, что он стал уже большим и поэтому может ходить в ДОО.
- Не следует оставлять ребенка в ДОО на целый день, лучше как можно раньше забирать его домой.
- Важно создать благоприятный климат в семье.
- Нужно уменьшать нагрузку на нервную систему ребенка.
- На время следует прекратить походы в цирк, театр, гости.
- Нужно сократить время просмотра телевизионных передач.
- Как можно раньше нужно сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
- Не нужно кутать ребенка, одевать его следует в соответствии с температурой в группе.
- Нужно создать в воскресные дни дома для него такой же режим, как и в ДОО.
- Не следует остро реагировать на выходки ребенка и наказывать его за капризы.
- При выявленном изменении в обычном поведении ребенка нужно как можно раньше обратиться к врачу.
 - При выраженных невротических реакциях лучше оставить ребенка на несколько дней дома и выполнять все предписания врача.

