

## Участь медичної сестри в адаптації нових вихованців



Адаптація в дитячому садку – це процес пристосування дитини до нових умов та розпорядку дня, до вихователів і дитячого колективу, до форм співіснування, відмінних від тих, що існують у родині. На те, як легко та швидко малюк адаптується, впливають:

- рівень психічного і фізичного розвитку;
- загартованість організму;
- сформованість навичок самообслуговування;
- розвиненість навичок спілкування з дорослими та однолітками.

Незвичність оточення, велика кількість нових вражень та вимог у дошкільному закладі, зазвичай нервують дитину та призводять до стресу. Щоб запобігти стресовим станам медична сестра здійснює медичний супровід крок за кроком.

### Крок 1. Надаємо матеріали для інформаційного стенду.



Оновлюється влітку стенд для батьків. Його наповнюють відомостями про те, які документи потрібні для вступу дитини до дитячого садка та що при цьому слід врахувати. Батьки повинні знати про необхідність при звичаювання дитини до розпорядку дня, подібного до розпорядку у дитячому садку, та введення до раціону харчування страв, що готують у дитячому садку.

Щоб допомогти батькам підготувати дитину до відвідування дошкільного закладу, медична сестра складає і розміщає на стенді:

- памятку щодо диспансеризації дитини;
- поради для батьків, діти яких уперше ідуть до дитячого садка;
- інформацію про розпорядок дня у дошкільному закладі та поради щодо введення подібного розпорядку дня вдома.



**Крок 2.** Беремо участь у батьківських зборах, організованих у ДНЗ. Під час батьківських зборів медична сестра розповідає про оформлення медичної картки дитини, правильне харчування та розпорядок дня вдома, загартовування дітей, профілактику гострих респіраторних захворювань та вірусних інфекцій.

### Крок 3. Проводимо настановні індивідуальні бесіди.

Проводяться індивідуальні бесіди з батьками щодо механізмів звикання дитини раннього віку, стану її фізичного та психічного розвитку, рівня сформованості культурно – гігієнічних навичок. В цих бесідах з ясовуємо, чи вміє малюк самостійно їсти, користуватися горщиком, вдягатися, вмиватися. Ускладнити

процес адаптації може несприятлива атмосфера в сім'ї (неправильне домашнє виховання, конфлікти між батьками, зловживання алкоголем), хто не дотримується певного розпорядку дня або чий домашній розпорядок істотно відрізняється від розпорядку у дошкільному закладі.

**Крок 4.** Проводимо повторні зустрічі з батьками та прогнозуємо ступінь важкості адаптації.



Після оформлення медичної карти дитини, коли батьки отримали результати диспансеризації, можна спрогнозувати характер адаптації майбутнього вихованця.

Середній строк адаптації дітей раннього віку – 10-20 днів, хоч може збільшуватися до 2 – 3 місяців. Залежно від умов, які медична сестра виявила під час бесід з батьками, та результатів диспансеризації, можна орієнтовно визначити тривалість та ступінь важкості

адаптації.

Ступені важкості адаптації дитини до умов дошкільного закладу. Ступінь Тривалість Характеристика

Легкий 10-15 днів Дитина здорова, поведінка швидко нормалізується, фізіологічна адаптація відбувається природно.

Середній 16-30 днів Дитина худне, хворіє, але не важко, без ускладнень.

Важкий >30 днів. Дитина часто і важко хворіє.

**Крок 5.** Консультуємо вихователів перед прийняттям дітей до дошкільного закладу.

Після проведення зустрічей з батьками медична сестра консультує вихователів, де наголошує, щоб вихователь звертав увагу на ознаки нервово – психічний розладів дитини, помітними ознаками є енурез, порушення сну, смоктання пальців, кусання нігтів, скарги малюка на біль у животі. У ході бесід з вихователями медична сестра



приділяє увагу створенню і групах комфортного емоційного мікроклімату. Позитивний настрій у групі значно полегшує адаптацію дитини. Медична сестра нагадує, що у період адаптації не можна насильно годувати та укладати спати дитину, проводити будь – які незвичні для дитини оздоровчі процедури, загартовування. Слід забезпечити дитині умови теплового комфорту і одягати її так, як вона звикла вдома. Не варто наполягати на обов'язковому виконанні адаптації вправ під час фізкультурних та музичних занять.

**Крок 6.** Посилено контролюємо стан здоров'я нових вихованців.

Зважаючи на прогнози, медична сестра особливу увагу приділяє проблемним дітям та у разі необхідності інформує лікаря – педіатра про потребу корекції перебігу адаптації.



### **Процес адаптації полегшують:**

- емоційний контакт;
- тактильний контакт;
- музичні заняття;
- музичний супровід упродовж дня;
- ігри з піском і водою;
- малювання;
- казко терапія.

### **Крок 7.** Беремо участь у корекції перебігу.

Щоденне спостереження за дітьми з важким протіканням адаптації може виявити проблеми, причиною яких є незначні, Ю на перший погляд. Помилки у поведінці батьків. Саме тому звичайна бесіда медичної сестри з батьками ( за необхідності

до бесіди залучають і вихователя) може істотно постріяти полегшенню процесу адаптації. Якщо батьки не мали часу відвідати батьківські збори та не звернули увагу на поради медичної сестри, розміщенні на інформаційному стенді, їм передаються копії памяток під час індивідуальної консультації. Ще раз нагадати про важливість правильного розпорядку дня вдома, режиму харчування та позитивного мікроклімату в родині.



### **Рекомендації для батьків з питань підготовки дітей до дитячого садка**

- зверніть увагу на домашній режим харчування та сну й потроху наближайте його до того режиму, що буде у дитячому садку,
- привчайте малюка до самостійності й доступного його віку самообслуговування;
- розповідайте дитині, що таке дитячий садок, навіщо туди ходять, чому ви хочете, щоб вона туди

пішла,

– проходячи повз дитячий садок, з радістю нагадуйте дитині, як їй пощастило – восени вона зможе ходити сюди. Розповідайте рідним і знайомим у присутності малюка про свою удачу, кажіть, що пишаєтеся своєю дитиною, адже її прийняли до дитячого садка; учіть дитину гратися. Психологи виявили чітку

закономірність між розвитком предметної діяльності та її звиканням до дитячого садка. Найлегше адаптуються малюки, які вмюють довго, різноманітно й зосереджено діяти з іграшками. Уперше потрапивши до дитячого садка, вони швидко відгукуються на пропозицію погратися, з інтересом досліджують нові іграшки. Дитина, яка вміє гратися, легко йде на контакт із будь – яким дорослим;

– робіть разом з дитиною нескладну ситстему прощальних знаків уваги, так їй буде легше відпустити вас;



- пам'ятайте, що на звання дитини до дитячого садка може знадобитися до півроку. Розраховуйте свої сили, можливості і плани;
- чим з більшою кількістю дітей і дорослих, з якими дитина спілкуватиметься у дитячому садку, вона побудує стосунки, тим швидше вона звикне. Допоможіть їй у цьому. Познайомтесь з іншими батьками та дітьми;
- дорогою у дитячий садок обговоріть з дитиною, що на неї чекає. Дуже важливо, щоб розмови про дитячий садок супроводжувалися лише позитивними емоціями. У Вас має бути спокійний голос і впевнена інтонація.
- ніколи не лякайте дитину дитячим садком. Приблизно за тиждень першого відвідування дитячого садка попередьте дитину про це, щоб вона спокійно очікувала майбутню подію.

## Прийоми, що полегшують дитині ранкові прощання



- навчіться прощатися з дитиною швидко. Не затягуйте розставання, інакше малюк відчує Ваше занепокоєння і йому буде ще складніше заспокоїтися;
- ніколи не намагайтеся “вислизнути” непомітно від дитини, якщо хочете, щоб вона Вам довіряла;
- вигадайте забавний ритуал прощання й строго дотримуйтеся його;
- не намагайтеся підкупити дитину, щоб вона залишилася у дитячому садку за нову іграшку;
- чітко дайте дитині зрозуміти, що хоч би які істерики вона влаштовувала, їй все одно доведеться йти до дитячого садка. Якщо Ви хоч раз піддастесь дитині, надалі буде вже набагато складніше впоратися з її вередуваннями й слізьми.