

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 17»

***Консультация для родителей на тему  
«Адаптация ребенка к детскому саду»***

Подготовила и провела воспитатель первой квалификационной категории Давыдова С. М.

***Ростов  
2020***

Поступление ребенка в детский сад кардинально меняет привычные условия его жизни и важнейшим фактором, осложняющим процесс привыкания ребенка к новой ситуации, становится необходимость расставания с матерью. Условия дошкольного учреждения существенно отличаются от семейных:

1. Строгое соблюдение режима дня.
2. Единые для всех правила и требования.
3. Особенности взаимоотношений воспитателей и детей.

И это создает определенные трудности в начале пребывания в детском саду и в связи с этим предполагают адаптацию ребенка к изменившимся условиям.

Только разумное сочетание ласки и строгости способствует воспитанию нормально социализирующейся личности, а также тесное взаимодействие всех участников образовательного процесса направлено на профилактику различных кризисных состояний у детей.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

***Факторы, от которых зависит течение адаптации:***

1. Возраст ребенка и уровень его развития.
2. Сформированность предметной и игровой деятельности.
3. Приближенность домашнего режима к режиму ДОУ.
4. Отсутствие навыка общения с незнакомыми людьми.
5. Отсутствие элементарных КГН.
6. Наличие у ребенка своеобразных привычек.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка.

***Чего нельзя делать ни в коем случае:***

1. Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держат слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
2. Нельзя пугать детским садом. Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
3. Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может привести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

4. Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже целый день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.
5. Пониженное внимание к ребенку. Рекомендуется, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни.
6. Пребывание в состоянии беспокойности, тревожности. Прежде всего, вам нужно успокоиться. Это состояние передается детям.

Мы с вами должны помнить, что у ребенка свое особое умение видеть, думать и чувствовать; нет ничего глупее, чем пытаться подменить у них это умение нашим.

***Для поддержки малыша в адаптационный период необходимо:***

1. Начать знакомство с детским садом с совместных прогулок на участке детского сада. Показать ребенку, что детей не оставляют в детском саду, а забирают домой.
2. Затем, постепенно переходите в группу. В первые дни ограничьте посещение до 2 – 3 часов.
3. Находясь с ребенком в группе, не молчите, а показывайте и рассказывайте ему о том, что есть в группе: вместе посмотрите с ним шкафчик, кроватку, познакомьтесь с детьми. Очень важно, чтобы ребенок чувствовал ваш голос.
4. На шестой день адаптации ребенка желательно оставить на дневной сон.
5. Если ребенок тяжело расстается с мамой, пусть в детский сад его приводит папа или дедушка, так как показывает практика, дети расстаются с ними более спокойно и ведут себя иначе, так как мужчины менее эмоциональны.
6. Помните, что первое посещение ребенком детского сада является для него стрессовым фактором, возможны изменения в поведении, капризы, страхи, агрессия, заторможенность или излишняя возбудимость. Будьте терпеливы и ласковы с малышом, постарайтесь понять, что он чувствует.
7. В период адаптации не следует ломать «вредные привычки» ребенка, это усиливает стрессовое воздействие на нервную систему.

Когда речь идет об адаптации ребенка в саду, очень много говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна помощь. Но «за кадром» остается один очень важный человек – мама, которая находится в не меньшем стрессе и переживаниях. Она тоже остро нуждается в помощи и почти никогда ее не

получает. Часто мамы не понимают, что с ними происходит, и пытаются игнорировать свои эмоции. Но не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства, и в данном случае они являются естественными. Поступление в сад – это момент отделения мамы от ребенка, и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвется» сердце, когда она видит, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад.

Чтобы помочь себе, нужно быть уверенной, что посещение сада действительно нужно семье.

Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что кроха плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым дорогим человеком – с вами! Он пока не знает, что вы обязательно придете, еще не установлен режим. Но вы-то знаете, что происходит, и уверены, что заберете малыша из сада. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. Плач – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье». Чтобы привыкание ребенка к детскому саду проходило как можно быстрее и легче, вам необходимо придерживаться следующих рекомендаций.

### ***Готовность родителей***

Самое главное – положительный настрой на детский сад, если вы верите, что это самое лучшее место для вашего ребенка. Так будет считать и он.

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

Постарайтесь не входить в группу, если ребенок плачет. Воспитателю будет проще его успокоить. Входите только тогда, когда малыш успокоится, если войдете когда он плачет, у него сформируется условный рефлекс, что стоит ему заплакать или погромче закричать, и мама сразу же появится.

### ***Соблюдайте график адаптации***

1. Если малыш еще не готов оставаться – не торопите события. Лучше немного подождать и не травмировать психику, чем поспешить и получить травму.
2. Некоторые родители ошибочно полагают, что если ребенок сходил 2-3 дня в группу нормально, то его можно оставлять на весь день. Это не так. Первая неделя – это знакомство с новым, настоящая адаптация начинается со второй недели, когда малыш понимает, что сюда ему придется ходить каждый день.

3. Постарайтесь пораньше забирать ребенка из детского сада.
4. Если есть возможность, устраивайте иногда незапланированный выходной или даже небольшие каникулы.
5. Создавайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
6. Не удивляйтесь, если вы уже справились с проблемой адаптации, а она опять возникла после болезни или больших выходных, когда ребенок долго находился дома.

Помните! Воспитатели выполняют свою работу, работу очень сложную, достойную большого уважения. И если родитель настроен на негатив, скорее всего по закону притяжения он его и получит. Детский сад – это не рай и не ад для ребенка, это такой же этап в его жизни, как школа, институт, и от умения выстраивать правильно отношения с людьми, работающими с вашими (нашими) детьми, зависит во многом то, как будет складываться их жизнь в детском саду.

В каком бы возрасте ребенок не поступал в детский сад, безболезненная адаптация может быть обеспечена только подготовленностью к новым условиям.