

*МБДОУ № 8 «Сказка»*

*Консультация  
(для родителей)*

*«Адаптация детей к дошкольному  
образовательному учреждению».*

*Педагог-психолог*

*Шеуджен Л.З.*

*Пгт.Энем.*

## Консультация для родителей.

### «Адаптация детей к дошкольному образовательному учреждению».

Лето прошло. Взрослые начинают задумываться, стоит ли отдавать малыша в детский сад или продолжать воспитывать его дома.

С одной стороны. Ребенку необходимо общество сверстников, кроме того, в детском саду работают специально обученные педагоги, но с другой, настораживают советы окружающих не торопиться с окончательным решением этой проблемы, подождать, когда малыш подрастёт, окрепнет, наберётся сил.

Действительно, может случиться так, что малыш с первых дней посещения дошкольного учреждения будет плакать, тяжело переживать разлуку с близкими, родными и через 3-4 дня заболеет.

Но не надо торопиться обвинять во всем воспитателей. Многочисленные исследования ученых (Э.Торидаик, И.П. Павлов, В. Штерн и др.) убедительно доказали, что привыкание малыша к новым для него условиям дошкольного учреждения, так называемый период адаптации (Д.Б.Эльконин), в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить его к этому ответственному периоду.

Адаптация (от лат.- «приспособлять»)- в широком смысле приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

Адаптация ребенка – очень ответственный период. Детский сад – это новое окружение, новая обстановка. Новые люди, с которыми встречается ребенок.

Поступление ребенка в дошкольное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций (динамического стереотипа) крохи, приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни. Первое посещение детского сада для ребенка любого возраста - стрессовая ситуация.

Адаптация к дошкольному учреждению – сложный период, как для детей, так и для взрослых; родителей, педагогов. Для того чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад.



Родители не всегда в должной мере осознают, что приходя в детский сад, ребенок попадает в иные условия, существенно отличающиеся от домашних.

Детям трудно привыкать к новому учреждению, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам. Родители испытывают тревогу за своего ребенка, итак же привыкают к требованиям детского сада. А воспитателям порой непросто найти подход к детям и их родителям.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему.

Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания. В период адаптации возрастает возможность заболевания ребенка, особенно трудно привыкающего к новым условиям, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

Родителям важно знать факторы, влияющие на характер привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения.

- Сложнее и длительнее происходит этот процесс у ослабленных детей, страдающих аллергией, рахитами, частыми ОРЗ и наоборот, безболезненнее осваиваются в детском саду здоровые, физически крепкие дети. Они быстрее приобщаются к жизни в коллективе сверстников.

- Известные трудности в адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательные отношения родителей к окружающим людям – причины, тормозящие образование у малыша умения контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что первые дни пребывания в детском саду он будет, негативно относиться к воспитателям, что усложнит уход за ним.

- Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, дети из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в общение с педагогом, сотрудниками дошкольного учреждения. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней. Дети из таких семей обычно деятельны, веселы, много играют, взаимодействуют с детьми и взрослыми.



- Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых чрезмерно опекают в семье; лишают самостоятельности, которые не знают родительского «нельзя». Если у ребенка дома не тренируется способность тормозить свои желания, он с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым начинается с первого дня его пребывания в детском саду.

- Нелегко приходится и тем детям, у которых в результате неправильного домашнего воспитания сложились отрицательные привычки поведения; криком и плачем добиваться желаемого, засыпать с укачиванием, соской и т.д. В период адаптации «замещение» этих привычек способами и формами положительного поведения лишь усиливает стрессовые явления. Поэтому в первые дни нахождения ребенка в детском саду воспитатель старается «не замечать» то отрицательное, что успел усвоить ребенок.

Многие вопросы родителей снимаются, а тревоги развеиваются, после знакомства с детским садом, с обстановкой групповой комнаты, с режимом дня, с содержанием и организацией питания, с образовательной деятельности с детьми, развлечениями, играми которые проводятся с детьми данного возраста.

Воспитатели расспрашивают родителей о ребенке, его привычках, особенностях сна, как ребенка зовут ласково дома, какие книги ему читают, в какие игры с ним играют, есть ли у него любимые игрушки.

Родителей очень располагает, искренний интерес педагогов к ребенку. А расположенность и зародившаяся симпатия родителей к педагогам передадутся и ребенку, что облегчит его адаптацию к новым условиям дошкольного учреждения и воспитания.

Первые рекомендации и советы, даваемые педагогами семье, касаются необходимости приблизить домашний режим к распорядку дня в детском саду. Важно упорядочить часы сна, приема питания, бодрствования, развивать и поощрять детскую самостоятельность при проведении режимных процедур (одевание, умывание т.д.). Врач и медицинская сестра консультирует родителей о питании в детском саду, об особенностях приготовления некоторых блюд. В домашних условиях рекомендует приготовить то или иное блюдо, чтобы приучать ребенка к его вкусу. Воспитатели совместно с родителями вырабатывают щадящий режим для ребенка на первые недели его пребывания в ДООУ. В первые дни приводить ребенка на несколько часов, завтраком кормить дома, чтобы новая пища и



непривычные условия её принятия не стали психотравмирующим фактором. С прогулки ребенка уводят домой.

С каждым днем время пребывания ребенка в детском саду увеличивается, доведя его до обеда. К новой еде ребенок привыкает с трудом, поэтому возможны отказы от того или иного блюда, которым не следует кормить насильно. Воспитатель разъясняет маме, что в адаптационный период всё, что ребенок недоел в детском саду, необходимо возместить дома.

На второй – третьей неделе ребенка оставляют на дневной сон. Воспитатель заранее настраивает ребенка, что его «ждет» кроватка, предлагает принести из дома мягкую любимую игрушку, чтобы она сначала «обжила» кроватку. С любимой игрушкой ребенок охотнее ляжет в постель.

Очень важно, чтобы в период адаптации ребенка к детскому саду родители были особенно внимательны к ребенку, относились к нему предельно бережно, ласково, а не упорствовали в своих воспитательных планах, не боролись с «капризами».

## Рекомендации для родителей

\*\*\*\*\*

1. \*Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).
2. \*Заранее спланируйте прогулки на территорию выбранного учреждения. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.
3. \*С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подросток и готовится ходить в детский сад.
4. \*Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня в детском саду, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну в свою жизнь.
5. \*Расскажите ему, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Научите его примерным фразам, словам, какими он сможет обращаться к новым своим друзьям. Почитайте стихи или детские истории о детском саде, покажите картинки.
6. \*Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя. Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тете. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.



7. \*Предупреждайте малыша, что могут быть и трудности из-за того, что там деток много, а воспитатель один. Обучайте его терпению. Но всегда заверяйте, что мама или папа обязательно придут за ним.
8. \*Поиграйте с ребенком дома в игру «Детский сад». Создайте пару типичных ситуаций, которые могут возникнуть в детской группе. Подскажите несколько вариантов для малыша, которые помогут ему на них реагировать. Этим вы уже будете закладывать основы общения и вхождения малыша в новый коллектив – вначале детский, потом школьный, а затем уже и взрослый.
9. \*Важное средство общения в дошкольном учреждении - это детские игрушки. Чтобы часть семейной атмосферы была с малышом, позвольте ему брать с собой любимые игрушки. Научите его делиться ими с другими детьми.
- 10.\*Обговаривайте с малышом, как вы будете прощаться и как встречаться в детском саду. Несколько раз проделайте несложные, но очень важные действия для малыша при прощании и встрече. Пытайтесь их в будущем придерживаться.
- 11.\*Будьте уверены, что малыш готов к детскому саду, владеет всеми необходимыми навыками самообслуживания, речью, умеет заявлять о своих потребностях.
- 12.\*Поддерживайте отношения с воспитателями и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству. Это хороший фундамент прочных детско-родительских взаимоотношений.

- 13.\*Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателями решайте без агрессии и не в присутствии ребенка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребенке.
- 14.\*Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома.
- 15.Обычно при соблюдении этих несложных правил, адаптация проходит спокойно, ребенок на втором месяце уже привыкает к помещению дошкольного образовательного учреждения, который ему предстоит посещать на протяжении еще 4-5 лет.