

Консультация для
родителей
*«АДАПТАЦИЯ
ДЕТЕЙ РАННЕГО
ВОЗРАСТА К
УСЛОВИЯМ ДОУ»*



Уважаемые родители,

вам предстоит сделать важный и первый шаг в жизни вашего ребенка: поступление в детский сад. Это очень важный период жизни, приобщение к социуму, вхождение в новую жизнь.

Живя в семье, малыш привыкает к определенным условиям. Когда он приходит в д/с, многие условия его жизни резко изменяются: режим дня, характер питания, воспитательные приемы, круг общения и т.д. Ребенку так или иначе приходится взаимодействовать с новыми взрослыми, с новыми детьми. Поэтому в этот период ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения.

Каждому ребенку рано или поздно приходится *«социализироваться»*, т. е. становится способным жить среди других людей. В детском саду маленький человек, попадая в коллектив своих сверстников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Здесь он приобретает опыт общения, понимания других людей, привычку не теряться.

К сожалению, родители пока не видят в дошкольном учреждении потенциального помощника, консультанта в воспитании их ребёнка в первые годы его развития. У семей, особенно молодых, нет достаточного представления о жизни ребёнка в детском саду, о созданных в ДОУ условиях воспитания и обучения.

Адаптация к условиям жизни в детском саду может пройти достаточно безболезненно, если соблюдать некоторые правила.

Самое главное и первое правило: родители должны быть сами спокойны и уверены в своих действиях. Доверяйте людям, с которыми придется оставить своего ребенка.

Если мама или бабушка ведут в детский сад ребенка сами со слезами, то лучший совет в этом случае, повернуться и уйти домой! Да, да! Именно так!

В дошкольном возрасте, а особенно в раннем дошкольном возрасте, ребенок очень сильно эмоционально связан с мамой и глубоко чувствует ее состояние.

Представьте себе, малыш и так возбужден, незнакомое место, незнакомая обстановка, незнакомые люди, он не знает, что ему ожидать, а тут еще и мама почему-то волнуется. Что делать вашему малышу, если самый главный и любимый человек отчего-то чуть не плачет? Так что совет первый: доверяйте педагогам!

Обычно первый приход малыша в детский сад происходит утром.

Первые несколько дней (приблизительно неделя, иногда до трех недель) необходимо присутствие родителей в группе, т.к. с мамой ребенок чувствует себя уверенно и спокойно.

Игры и игрушки вызывают у ребёнка острый интерес.

Любознательность и активность побуждают его ненадолго отлучиться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается за эмоциональной «подпиткой».

Когда наступает такой момент, маме предлагаем подождать ребёнка в раздевалке. Главным моментом в этой ситуации является то, что мама предупреждает малыша в том, что она ненадолго отлучится и придет за ним после прогулки. Важно при возвращении мамы обратить внимание малыша на то, что мама не обманула, действительно отлучилась на какое-то время и вернулась к нему. Постепенно время отсутствия мамы увеличивается.

Если ребенок сам выразит желание пообедать или поспать вместе с другими детьми, адаптационный цикл закончится быстрее. Собираясь в детский сад, ребёнок уже знает, что он будет находиться в группе один, без мамы, и заранее на это согласен. Малыш легко ориентируется в группе, активно вступает в игры.

У современных детей очень высокий уровень тревожности, будьте готовы к тому, что даже при средней степени адаптации ребенок, который просился на горшок будет приходить с мокрыми штанишками, постепенно все войдет в норму, не стоит акцентировать на этом внимание.

Если малыш спокойно зашел в группу, радуйтесь, но не стойте в дверях, малыш может заплакать и вернуться назад, тогда процесс расставания может стать болезненным. Не стоит расстраивать своего ребенка. Если ваш малыш легко ориентируется в группе, активно вступает во взаимоотношения с педагогом, детьми, при необходимости обращается за помощью и даже с охотой идет в садик.

Именно этот этап является завершающим в процессе адаптации. Но для ее укрепления необходимо продолжительное время. Здесь важное значение имеет стабильность группы: с детьми всегда встречаются знакомые воспитатели, последовательность видов деятельности остается неизменной.

Важную роль в процессе *адаптации* ребенка к саду играет осведомленность крохи о жизни детского сада. Поэтому необходимо приводить ребенка в садик заранее - для знакомства с территорией, помещением группы, игрушками, спальней. Не спешите, придите несколько раз. Это процесс длительный и может занять пару недель.

- Для того, чтобы помочь малышу преодолеть коммуникативный барьер, целесообразно заранее выучить имя и отчество воспитателя и, придя в сад, представить кроху и воспитателя друг другу.

- Важно заранее постараться научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей; подождать, пока другой ребенок поиграет). При предварительном знакомстве с обстановкой группы постарайтесь положительно настроить малыша (как много детей, много

игрушек, дети весело играют, воспитательница- хорошая тетя). Дайте время малышу все спокойно осмотреть, покажите, где он будет спать, раздеваться, кушать, играть.

- В первые дни не спешите сразу увести малыша домой. Побудьте с ребенком на участке детского сада, вместе посмотрите, как гуляют дети, чем занимаются, как общаются друг с другом и воспитателем.

- Впервые столкнувшись с необходимостью ложиться спать в незнакомом месте, в «чужую» кроватку, без мамы, ребенок безусловно, испытывает стресс едва ли более сильный, чем вообще сам факт расставания с мамой. Ведь дети относятся ко сну, как ко времени, когда они теряют контроль над окружающей действительностью. Поэтому не рекомендуется в первые 2-3 дня пребывания в детском саду оставлять ребенка на дневной сон. В дальнейшем же не забудьте принести из дома «мамозаменителя» - любимую игрушку малыша, с которой он спит, или просто тряпочку «с родным запахом»; пижаму к которой привык малыш, любимую книжку.

- Не спрашивайте малыша о жизни детского сада. Он сам все вам расскажет, чем занимались, с кем играл, что кушал, а Вы в свою очередь внимательно отнеситесь к его проблемам, с интересом выслушайте то, о чем говорит малыш, ведь это для него очень важно.

• **Итак, подытожим:**

- **1. Доверяйте педагогу, с которым придется работать.**
- **2. Заранее поговорите с педагогом об условиях и режиме в детском саду и постепенно приблизьте эти условия к домашним.**
- **3. Ограничьте просмотр телевизора, компьютера, больше гуляйте.**
- **4. Постоянно говорите ребенку, как вы его любите для него это очень важно.**
- **5. И конечно же, улыбайтесь, позитивно настроенная мама, лучшая помощь в адаптации ребенка к детскому саду.**

•

•