

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №4 «Василёк» Старооскольского городского округа*

*Консультация для родителей*

*Адаптация детей к детскому саду*



*Подготовила Степанова Г.Ю.*

Старый Оскол 2023

*С проблемой адаптации детей родители и воспитатели сталкиваются в период поступления ребенка в детский сад. Адаптация - это приспособление организма к изменившимся условиям жизни. Это присуще всему живому. Каждый человек, несмотря на определённый жизненный опыт, приходя в новый коллектив, на новое место работы проходит этап адаптации. Наши дети – не исключение. Безусловно, чем больше ребенок имел возможности общения с новыми людьми, коллективами, мог какое-то время оставаться с бабушкой или другими родственниками, тем быстрее он адаптируется.*

*Условно, выделяются 3 стадии адаптации: 1) легкая - 1-2 дня до 1 месяца; 2) средняя - 1-3 месяца; 3) тяжелая - 3-6 месяцев. Адаптация проявляется в эмоциональном фоне (смена настроения, его неустойчивость, плач, истерика); в протекании детской деятельности – отказ от нее, демонстрация регресса – отказывается одеваться и есть самостоятельно, хотя умеет это делать; в общении со взрослыми и детьми – отказ от общения, или дифференцированное – принятие одного воспитателя и игнорирование другого, раньше играл с детьми, сейчас - отказывается; в реакциях на изменившуюся привычную ситуацию (мама всегда была рядом, а теперь ее нет).*

*Рассмотрим факторы, влияющие на успешность адаптации детей к детскому саду:*

*во-первых, это физическое состояние. Здоровый и физически развитый ребенок лучше справляется с трудностями. Часто болеющие дети, имеющие неврологические трудности быстро утомляются, плохо кушают и спят;*

*во-вторых, возраст 3 года считается наиболее благоприятным для адаптации, так как у ребенка уже имеются основные навыки самообслуживания, активно развивается речь;*

*в-третьих, от степени сформированности общения и предметной деятельности адаптация будет проходить успешнее (дети могут себя занять, играя с игрушками и с другими детьми);*

*в-четвертых, характеристика взаимоотношений в семье (когда в семье нет ссор, родители сами общительные, уделяют достаточное время детям, и дети не испытывают дефицита внимания с их стороны. Чем спокойнее*

мама, тем спокойнее ребенок. Тревожность мамы передается ребенку и наоборот);

в-пятых, соблюдение режима дня, соответствующему детскому саду.

### *Рекомендации*

*До посещения детского сада, проведите экскурсию по нему, расскажите, что дети здесь бывают, когда их родители на работе. Никто здесь не остается ночевать. Спят только днем, у каждого своя кроватка, много разных игрушек, проводятся различные интересные занятия, на которых дети многому научатся. Пока родители на работе, за детьми присматривают воспитатели, которых надо слушаться.*

*- Прощайтесь с ребенком весело, быстро и один раз. Используйте ритуал прощания (например, «давай твои пять»). Скажите, что вы его любите и вечером его заберете. Отдайте все необходимое сразу, чтобы не возвращаться и не нервировать ребенка лишней раз. Не договаривайтесь с ребенком о том, что помашете в окно (это спровоцирует тоску) - Часто, в период адаптации, можно наблюдать негатив и демонстративность в поведении ребенка. Это связано с нарушением отношений со взрослыми. Для таких детей характерна демонстративность в сочетании с переживанием дефицита общения, внимания, высоких оценок. В этот период рекомендуется четкое распределение и регуляция родительского и воспитательского внимания не тогда, когда ребенок плохо себя ведет, а когда хорошо. В этот момент важно проговаривать, акцентировать внимание на хорошем поведении. В случае всплеск негативного поведения следует свести к минимуму все замечания и, особенно, эмоциональные реакции, поскольку именно их он добивается. Возможно, когда-то он добился вашего внимания подобным способом. Сохраняйте спокойствие и равнодушие.*

*- Как только ребенок начинает капризничать, обнимите его и уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза. Когда ребенок успокоится, ласково поговорите с ним, скажите, что вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он справится со своим капризом. Говорите спокойно, задавайте наводящие вопросы: «Тебе обидно, неприятно, не хочется и т.п.?» Я понимаю. Объясните причину его чувств: «Ты боишься, что мы за тобой не придем? Может оставить свой платочек,*

*или игрушку, которая будет его охранять, пока вас нет. Обратитесь к игрушке и к ребенку: «пока, до вечера». Поцелуйте и сразу уходите.*

*- Спрашивайте, как прошел день в детском саду (что было на обед, во что играли, чему научились) Нельзя задавать негативные вопросы: обижали ли тебя, было ли плохо и т.д. Ребенок сам расскажет об этом, если был негатив. Будьте участливы, слушайте внимательно, хвалите за хорошее.*

*- В период адаптации не перегружайте ребенка новой информацией, откажитесь от шумных компаний, множества кружков, поддерживайте спокойную обстановку. Хвалите ребенка, что он справляется и соблюдает важное правило и ходит в детский сад. - Избегайте говорить о своих опасениях по поводу детского сада или воспитателя при ребенке, чтобы не сформировать негативный образ и «вторичную выгоду» от отказа посещать детский сад. Не ссылайтесь на воспитателя при воспитательных моментах «не кричи громко, а то Мария Ивановна услышит и поругает». Таким образом формируется страх, а не определенный навык поведения.*