

## Консультация для родителей «Адаптация детей в детском саду»



Детям любого возраста очень непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период *адаптации к детскому саду*.

Ребенок впервые приходит в детский сад. Весь мир ребенка изменился, все теперь иначе. В привычную, сложившуюся жизнь в семье буквально врываются изменения: четкий режим дня, отсутствие родных и близких, постоянное присутствие сверстников, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым, резко уменьшается количество персонального внимания. Одному ребенку требуется два дня, что бы разобраться в новой обстановке, другому – несколько месяцев. Как помочь ребенку, 3 – 4 лет, быстрее привыкнуть к дошкольному учреждению? Как сделать переход из дома в садик менее болезненным? Воспитателю необходимо хорошо знать возрастные особенности ребенка 3-4 лет.

**Адаптация** - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. Для ребенка детский садик, несомненно, является еще неизвестным пространством, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма.

«В возрасте 3-4 х лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте».

Развивается мелкая моторика ребенка-дошкольника. В этом возрасте ребенок начинает рисовать, а не просто чертить линии. Развивается восприятие ребенка. Дети 3-4 лет знают основные цвета, геометрические формы, может дифференцировать предметы по величине. Происходит резкий скачок в речевом развитии. По данным исследователей к 3 годам- 800-1000 слов. Фраза состоит из 3-4 слов, грамматически связанных между собой, но может быть несовершенна по звуковому наполнению.

*Ребенок, приходящий в детский сад, должен обладать некоторыми навыками.* Режим дня в семье желательно приблизить к режиму дня в саду.

Ребёнок должен вставать утром в 6.30-7.30 утра, что бы в 7.45-8.00 быть в саду. Соответственно вечером дошкольника нужно уложить уже в 20.30-21.00.

Ребенок должен уметь сам есть, одеваться, раздеваться (если на одежде нет сложных застежек, мелких пуговиц, молний, шнурков) «дети учатся одеваться и раздеваться в определенной последовательности: снимать и одевать одежду, складывать, вешать, застегивать пуговицы». Ребенок должен уметь самостоятельно играть, убирать за собой игрушки, самостоятельно ходить в туалет (или проситься), выражать свои мысли чувства и желания вербально.

Самым главным навыком является, конечно, умение взаимодействовать в коллективе. Ребенок должен уметь делиться игрушками, ждать, уступать, выполнять просьбы воспитателя.

Готовность ребёнка к саду определяется так же состоянием его здоровья. Детский коллектив может спровоцировать инфекционные заболевания. Многим детям для того, чтобы укрепить иммунитет нужно переболеть.

С уверенностью можно сказать: что, те особенности поведения, которые очень беспокоят родителей, в основном являются *типичными для всех детей*, находящихся в процессе адаптации к детскому саду. Одним из моментов адаптации является психологическая готовность родителей. Родители должны понимать, что переход в сад является для ребенка стрессом. Реакция на стресс может быть различной: плач, капризы, учащение заболеваемости, даже легкие неврологические проявления. Родитель должен быть готов к временным трудностям, связанным с началом садовой жизни.

Хорошо помогает облегчить привыкание к саду игрушка, принесенная из дома. С ней можно играть, спать, её можно покормить, поиграть.

Если адаптация проходит тяжело, можно предложить родителям забирать ребенка до сна, потом сразу после сна, затем уже в 5-6 часов.

Адаптация к детскому саду в возрасте 3-4 лет длится от 2-3 недель до 2-3 месяцев. **Родители должны соблюдать ряд правил:**

- ✓ Не нервничать самим, не ругать ребенка за слезы и капризы, связанные с садом. Вести себя спокойно и твердо.
- ✓ Не идти на поводу у ребенка. Не пропускать сад, не сидеть дома несколько дней, что бы ребенок меньше нервничал и меньше плакал. Нерегулярное посещение сада удлиняет процесс привыкания, делает его более болезненным.
- ✓ Ребенок должен быть здоров, что бы меньше болеть в период адаптации к саду.
- ✓ 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 скажите, что вы его очень любите и обязательно придете за ним.

- ✓ Нельзя пугать детским садом ("Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!"). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- ✓ Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это наводит малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- ✓ Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человек
- ✓ Желательно соблюдать единые требования к ребенку дома и в саду.
- ✓ Поддерживать контакт с воспитателем, интересоваться успехами ребенка, тем, как прошел его день. Дома желательно читать книги о детском саде, показывать мультфильмы на эту тему. Всячески показывать плюсы пребывания в саду.
- ✓ Объяснять ребенку, что мама заберет его из садика, не оставит там навсегда. Родители должны поддерживать в ребенке уверенность, что он самый лучший, самый любимый, что от него не избавились, отдав в сад.

*Родители так же не должны чувствовать себя виноватыми, что отдали ребенка в сад. Понимая все трудности, связанные с садом, тем не менее отдавать ребенка в сад необходимо для нормального его развития.*