

**Консультация для педагогов.  
Что рекомендовать родителям в период адаптации.**

**Медовикова Вера Сергеевна**

воспитатель

ГБДОУ детский сад № 32

комбинированного вида

Приморского района г. Санкт – Петербург

*Для воспитания полноценной личности необходимо способствовать социализации ребенка в его первых социумах – семье и группе детского сада, которые способствуют его социально-психологической адаптации к дальнейшей жизни в обществе и успешному взаимодействию с окружающим миром. Для успешной адаптации ребенка от родителей требуется поддержка и выполнение ряда не сложных правил, а на практике зачастую мы видим, что родители допускают не верные действия, которые приводят к нежелательным последствиям.*

**Рекомендации для родителей, которые отдают своего ребенка в детский сад в первые.**

**Разговоры о детском садике**

Рекомендации родителям по адаптации детей часто включают совет больше разговаривать с ребёнком о дошкольном учреждении. Только как это сделать правильно и о чём нужно говорить с малышом, чтобы облегчить будущее привыкание? Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышек, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают». Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребятшек. То есть мама трудится учителем, врачом, менеджером, папа – военным, программистом и т.д., а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым.

Проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми. В его присутствии также можно рассказывать своим собеседникам о том, как гордитесь новоиспечённым дошколёнком.

Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность. Пусть ребёнок не всё запомнит в силу возраста, зато он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон.

Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми.

Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Наверняка у вас сохранились фотографии с утренников, где вы рассказываете стихи, играете в куклы, идёте с родителями из садика и т.д. Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садика.

Можно использовать мультфильмы и сборники стихотворений про детский сад. Подобные полезные материалы адаптируют малышей не хуже обычных разговоров о детском саде.

Не нужно перехваливать детский сад или пугать ребенка дошкольным учреждением и педагогом, который «покажет, как следует хорошо себя вести!» Старайтесь выдерживать золотую середину.

**Как облегчить расставание с малышом**

Встречаются ситуации, когда малыш и мама превращаются практически в один организм. Из-за этого адаптация ребенка в детском саду может сложиться неблагоприятно, и все же можно в короткий срок понизить психоэмоциональную зависимость детей от мамы.

**Необходимые действия**

1. Старайтесь привлекать к взаимодействию с ребёнком папу и прочих близких родственников. Чем больше малыш будет контактировать с другими взрослыми (а не только с мамой), тем проще ему будет привыкнуть к воспитателю.

2. После этого познакомьте ребёнка со своими друзьями. Сначала они играют с малышом в присутствии с родителями, чтобы он смог спокойно ощущать себя рядом с малознакомыми взрослыми. С адаптировавшимся ребёнком легче будет отлучаться.

3. Следующий этап – выход на улицу. Нужно объяснить малышу, что мама отлучится в магазин, пока бабушка или дедушка будет рассказывать интересную сказку. При этом не нужно отпрашиваться у ребёнка, просто ставьте его в известность.

4. Последовательно приучайте малыша к той мысли, что ему нужно находиться одному в комнате. Вы можете готовить обед, пока ребёнок будет играть в детской. Затем данные правила можно применять во время занятия в песочнице или на прогулке.

5. Не называйте ребёнка застенчивым, букой, рёвой, плаксой, хвостиком и прочими малопривлекательными словами. Наоборот, как можно чаще рассказывайте ему и другим, какой он у вас коммуникативный, общительный и весёлый.

#### **Ненужные действия**

1. Нельзя сбегать от ребёнка тайком, пусть даже в этот момент он сидит с бабушкой. Обнаружив пропажу матери, он, во-первых, серьёзно испугается, а во-вторых, начнёт плакать и кричать при следующих попытках родителей отлучиться.

2. Не следует поощрять ребёнка вкусностями и игрушками за то, что он позволяет вам отлучаться. Если подобное будет практиковаться, то малыш и в садике будет требовать материального поощрения буквально каждый день. Можно придумать какие-либо облегчающие моменты расставания. Только не следует превращать их в полноценный обряд, большое торжество или праздник. Это может быть обычный поцелуй, обоюдная улыбка или объятия.

#### **Наиболее распространенные ошибки, которые допускают родители, отдавая ребенка в детский сад впервые.**

Нередко родители ведут себя не совсем правильно и невольно мешают ребенку адаптироваться к детскому саду. Как это происходит и как избежать самых распространенных ошибок. Из-за этих ошибок у ребенка, как правило, формируется негативное отношение к садике, страхи и тревоги, и адаптация затягивается на долгие месяцы. Об этих ошибках важно знать, чтобы их не совершать и не навредить своему малышу.

1. Когда родители приходят с ребенком в детский сад впервые, малыш зачастую расслаблен и заинтересован тем, что видит. Дело в том, что у него еще не было опыта пребывания в саду без мамы. Именно поэтому дети часто первый день остаются в садике довольно бодро, а на второй и третий день уже идут с сопротивлением. Внимание маленького ребенка легко привлечь чем-то новым и интересным. Малыш смело отходит от мамы и увлекается в группе новыми игрушками и детьми. Скорее всего, он уже слышал от мамы не раз, что мама его оставит в группе, но в его представлении, пока мама ждет его в коридоре. А может быть, он забыл, что мама собирается уходить.

И вот здесь происходит следующее. Мама очень рада, что ребенок увлекся игрой, и тихонечко, чтобы его «не вспугнуть», сбегает, не попрощавшись с ребенком и не сообщив ему, что уходит. Теперь представьте себе, что чувствует маленький ребенок, мама которого вдруг исчезла непонятно куда, не попрощавшись, и неизвестно, когда она придет и придет ли вообще. Это для ребенка все равно, что потеряться в огромном супермаркете. И даже если 10 самых добрых человек будут успокаивать малыша и предлагать ему игрушки, он будет ужасно напуган, охвачен страхом и тревогой. Даже если вы много раз рассказывали ребенку, что в садике он станется один, без мамы, никогда не уходите незаметно. У ребенка возникает ощущение, что теперь мама может внезапно исчезнуть в любой момент его жизни, не предупредив и не попрощавшись с ним, то есть он может маму попросту потерять. И он буквально «прилепляется» к ней и психологически и физически на долгие месяцы, боясь упустить ее из виду. Во многих случаях садик просто приходится отложить как минимум на полгода, потому что ребенок впадает в истерику при малейшем упоминании о садике, не говоря уже о том, чтобы туда идти.

2. Некоторые родители считают, что ребенка лучше сразу же оставить на полдня или целый день, чтобы он быстрее привыкал к детям и воспитателю. Это является ошибкой. Посещение садика нужно начинать постепенно. Есть разные схемы посещения: приводить ребенка в группу на 30 минут — 1 час во время свободной игровой деятельности и затем забирать. Постепенно ребенок привыкает к детям, к воспитателю, и к окружающей обстановке. Затем его можно оставить одного на 1-2 часа, затем с утра и забрать во время прогулки, затем оставить на обед. Через некоторое время оставлять на обед и забрать, затем – оставить на дневной сон и забрать. Затем уже оставлять на целый день. Нет четких рекомендаций, сколько времени должна длиться каждая стадия. Нужно смотреть по самочувствию ребенка и на свою материнскую интуицию.

3. Многие родители не задумываются о том, насколько режим дня ребенка соответствует тому режиму дня, которого нужно будет придерживаться, когда начнется детский сад. Ребенку, который привык ложиться спать после 22.00, крайне сложно будет просыпаться в 7 утра. А в садик, как правило, нужно вставать очень рано. Вспомните, как чувствует себя ваш малыш, когда он не выспался? Он трет глазки, капризничает, сам не понимает, чего хочет, становится плаксивым. Деток, которых родители заранее не перевели на детсадовский режим дня, сразу видно в группе по утрам в первые дни. Они трут сонные глазки, они плаксивы и раздражительны, болезненно воспринимают все, что происходит вокруг.

То, как ребенок чувствует себя в первые дни в детском саду, накладывает отпечаток на все его последующее отношение к этому месту. Вспомните высказывание: «У вас никогда не будет второго шанса произвести первое впечатление». Это в полной мере относится и к детскому саду. Чтобы первый опыт ребенка в детском саду был окрашен позитивными красками, не поленитесь заранее перевести вашего малыша на правильный режим. Тогда он сможет просыпаться легко и идти в группу в хорошем настроении!

4. Эта ошибка отчасти перекликается с предыдущей. Так как родителям жалко будить ребенка и хочется, чтобы он поспал как можно дольше, его будят практически «впритык» ко времени, когда уже нужно выходить в садик. В итоге, сборы получаются нервные, поспешные, у мамы нет времени дать малышу внимание и нежность, которые ему необходимы, особенно когда он еще нежится в постельке. Ребенок только и слышит: «Давай скорее», «Давай быстрее», «Опаздываем в садик», «Потом поговорим» и т.д. Мама раздражается, повышает голос и все утро получается сумбурным и конфликтным. Настроение испорчено у всех, и ребенок отправляется в садик в расстроенных чувствах, как и мама, у которой уже нет моральных сил говорить какие-то добрые напутственные слова.

Поэтому, просыпайтесь сами и будите малыша заранее, чтобы у вас было достаточно времени на неспешные сборы, чтобы вы могли уделить внимание малышу, пока он в постели – погладить ножки и головку, пощекотать, поцеловать и другие нежные слова, и действия. Все это так важно для хорошего настроения у вас обоих! Выходите в садик тоже заблаговременно, с большим запасом времени, чтобы вы не нервничали по дороге сами и могли настроить вашего ребенка на позитивный лад.

5. Не отправляйте ребенка в детский садик заболевшим, недомогание может усилиться и это на долго выбьет вашего ребенка из колеи.

6. Все дети разные и адаптируются все по-разному. Поэтому не надо сравнивать малыша с его ровесниками, которые быстрее привыкают к детскому коллективу и воспитателю.

Посещение дошкольного учреждения - важнейшее условие полноценного развития ребенка, поскольку готовит его к будущим переменам в жизни – школе, институту, семейным отношениям.

#### Список используемой литературы

1. © 2012-2018 «Детская и Семейная Психология Онлайн» iPsycholog.ru <http://ipsycholog.ru/4-oshibki-roditelej-pri-adaptacii-rebenka-v-detskom-sadu/>
2. Основная образовательная программа дошкольного образования. БДОУ детский сад №32 Приморского района Санкт-Петербурга 2015г.
3. Copyright © 2018 [Сайт о развитии и воспитании детей. http://kroha.info/razvitie/psychology/adaptatsiya-v-detskom-sadu](http://kroha.info/razvitie/psychology/adaptatsiya-v-detskom-sadu)

## Консультация для родителей детей группы раннего возраста

Уважаемы родители, вы отдали или собираетесь отдать своего ребенка в наш детский сад. Это замечательно! Ваш малыш научится многим вещам: общаться со сверстниками, рисовать, лепить, двигаться под музыку и т.д. Это и другое что входит в программу развития и воспитания ребенка даст мощный толчок интеллектуальному развитию вашего малыша.

Но, чтобы ребенок с удовольствием ходил в садик и чувствовал там себя как дома необходимо грамотно осуществлять **адаптацию** малыша к детскому саду.

Психика маленького ребенка устроена совершенно иначе, нежели психика взрослого.

Ребенок в таком возрасте просто не способен понять ваши логические доводы и убеждения. Для него главным является его переживания.

**Для маленького ребенка вырывание из привычного и знакомого мира в чужой и не привычный всегда является его психологической травмой.**

Не важно отвозите ли вы ребенка к незнакомым родственникам или отдаете его в садик. Так уже устроены малыши. Они слишком подвержены страхам и панике и их эмоциональное состояние напрямую зависит от того, насколько смел ребенок. Или он вдохновленный вашими рассказами о садике захочет туда пойти.

**Любой** маленький ребенок, попадая в иную, непривычную ситуацию испытывает состояние паники. Даже мы взрослые, подвержены подобным страхам. Вспомните свои переживания. Если вам доводилось в детстве переходить в другую школу или, будучи взрослыми, знакомиться с новым рабочим коллективом.

Поэтому очень важно провести **адаптацию** вашего малыша к саду грамотно.

Как же проявляется психологический дискомфорт в поведении ребенка? Он может без конца плакать, может стать капризным и не послушным, может стать непривычно агрессивным по отношению к другим детям или вам. И если вы не дадите возможность ребенку привыкнуть к детскому саду, а резко и грубо заталкивать его в новую среду (например, сразу же оставляя его в группе до вечера), конечно, у малыша остаются эмоциональные рубцы или он просто начинает бесконечно болеть, и вы будете вынуждены сидеть дома.

Что же является при поступлении ребенка в детский сад травмирующими факторами, пока он не привык:

большое количество незнакомых детей;

большое количество новых взрослых (например, детей на прогулку приходят одевать другие сотрудники);

новые помещения (музыкальный зал, коридоры сада и т.д.)

чужие незнакомые вещи (столы, стулья, горшок);

сон в новом помещении.

О сне стоит поговорить особо. Некоторые дети довольно быстро привыкают к садику, но никак не могут привыкнуть к дневному сну в саду, они либо плачут, либо просто не спят. А к вечеру не выспавшийся ребенок, естественно становится раздражительным и утомленным. В данной ситуации нужно подождать и забирать малыша после обеда столько времени сколько потребуется.

Особенно об этом стоит помнить родителям, которые отдают ребенка в сад в середине года, когда остальные дети уже вполне адаптировались. Рыдающий во весь голос малыш явно не помогает засыпать другим детям. И в результате не выспавшимися оказываются и другие малыши в группе.

Каждый ребенок адаптируется в саду в индивидуальном темпе. Режим адаптации (когда приводить ребенка, когда забирать и т.д.) вы можете обсудить с воспитателями группы или психологом. Многолетний опыт работы педагогов позволяет им очень грамотно и профессионально помочь ребенку привыкнуть к детскому саду. Естественно, при вашей помощи и готовности выполнять их рекомендации.

Мы рады, что Вы выбрали именно наш детский сад и сделаем все возможное, чтобы ребенок ходил к нам с удовольствием.