

Консультация для родителей.

«Адаптация детей к дошкольному образовательному учреждению».

Проходит лето. 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 заболит.

Но не надо торопиться обвинять во всем воспитателей. Многочисленные исследования ученых (Э.Торидайк, 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 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. В этом мы неоднократно убеждались, консультируя родителей по поводу адаптации к детскому саду.

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, и так 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.

В нашем дошкольном учреждении педагоги, психолог, медицинский персонал общими усилиями, но при индивидуальных контактах выясняют, что волнует и тревожит родителей в отношении детского сада, есть ли у них предубеждения против дошкольного учреждения, в связи с чем они возникли. Дальнейшая работа с родителями ребенка – новичка направлена на то, чтобы по возможности снять их тревоги и волнения, убедить, что их ребенок будет в хороших руках, о нём проявит заботу весь коллектив сотрудников – от повара до заведующей, но главными людьми для него станут воспитатели.

Многие вопросы родителей снимаются, а тревоги развеиваются, после знакомства с детским садом, с обстановкой групповой комнаты, с режимом дня,

с содержанием и организацией питания, рассказываем об образовательной деятельности с детьми, развлечениях, играх 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 (например: творожная запеканка с морковью, мясное и рыбное суфле). Воспитатели совместно с родителями вырабатывают щадящий режим для ребенка на первые недели его пребывания в ДОО. В первые дни приводить ребенка на несколько часов, завтраком кормить дома, чтобы новая пища и непривычные условия её принятия не стали психотравмирующим фактором. Мама остается в групповой вместе с ребенком и другими детьми, она может поиграть с ними, помочь собрать их на прогулку. 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».

По мнению психологов, у ребенка период адаптации длится не более 2 месяцев. Для сглаживания адаптационного периода педагог-психолог совместно с воспитателями использует в своей работе специальные коммуникативные игры, отслеживает поведение и настроение ребенка в специальных листах адаптации. Основная задача игр с детьми 2-3 лет в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия к воспитателю, чтобы ребенок увидел в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Родителям на

собрании выдаются специальные анкеты и опросники. Проводятся консультации для родителей. Для родителей составляются рекомендации по подготовке ребенка к детскому саду.

Рекомендации для родителей

*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).

*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.

*С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.

*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.

*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.

*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.

*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.

*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.

*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.

*Обговаривайте с малышом, как вы будите 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.

*Будьте уверены, что малыш готов к детскому саду, владеет всеми необходимыми навыками самообслуживания, речью, умеет заявлять о своих потребностях.

*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.

*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.

*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.

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.