

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ  
ДЕТЕЙ № 53»

# Здравствуй, детский сад!

Адаптация детей раннего возраста  
к ДОУ



Подготовила:  
старший воспитатель  
Сивенкова Оксана Александровна  
I квалификационная категория

ЗАО Северск  
2014 год

### **Цель консультации:**

Повышение психолого – педагогических знаний у родителей будущих воспитанников детского сада; развитие позитивного и доверительного взаимодействия родителей и педагогов детского сада.

Детский сад – новый период в жизни ребенка. Поступление в дошкольное учреждение это определенная стрессовая ситуация для ребенка: из знакомой семейной обстановки ребенок попадает в непривычную среду детского сада. Новый режим дня, новые правила, новые правила жизни, постоянный контакт со сверстниками становятся для него источником стрессовых ситуаций.

При поступлении в дошкольное учреждение все дети проходят адаптационный период.

**Адаптация** – это процесс вхождения в новую среду и приспособление к ее условиям. Очень важно чтобы этот переход для малышей был плавным, мягким, бестравматичным.

Выделяют три степени адаптации: лёгкую, средней тяжести и тяжёлую.

**При легкой адаптации** отрицательное эмоциональное состояние длится недолго. В это время малыш плохо спит, теряет аппетит, неохотно играет с детьми. Но в течение первого месяца после поступления в детский сад по мере привыкания к новым условиям все нормализуется. Ребенок как правило не заболевает в период адаптации.

**При адаптации средней тяжести** эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Заболевание длится 7-10 дней и завершается без каких-либо осложнений.

В среднем этот период длится 10 – 12 недель (3 месяца).

Самой нежелательной является **тяжелая адаптация**, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев). В этот период ребенок либо переносит повторные заболевания, часто протекающие с осложнениями, либо проявляет стойкие нарушения поведения. Тяжелая адаптация отрицательно влияет как на состояние здоровья, так и на развитие детей. При тяжелой степени адаптации не рекомендуется оставлять ребенка в саду на полный день. В период тяжелой адаптации рекомендуется родителям делать «выходные» дни.

Для того, чтобы определить насколько Вы подготовили своего малыша к детскому саду, предлагаем ознакомиться с опросником и ответить «да» или «нет».

### **ОПРОСНИК:**

1. Ребенок приучен к горшку
2. Ребёнок отучен от вредных привычек: сосать соску, носить памперсы.
3. Ребенок отучен от кормления грудью
4. Ребенок не замкнут в общении только в узком кругу родственников
5. Понимает значение слов «не надо», «нельзя».
6. Вы учите ребенка элементарным навыкам самообслуживания:
  - снимать и надевать носочки, плавочки, футболку, сандали
  - мыть руки, умываться
  - самостоятельно ест ложкой, сам пьет из чашки.

Если на все эти критерии Вы дали положительный ответ, то психологически Вы подготовили своего малыша к детскому саду.

Для того, чтобы привыкание малыша прошло максимально безболезненно, важно придерживаться определенных правил, рекомендаций:

1. **Заранее познакомьтесь с детским садом:** За 2-3 дня до прихода ребенка в детский сад Вы можете прийти с ребенком, чтобы познакомиться с воспитателями, младшим воспитателем, с пространством групповой комнаты, со своей кабинкой, кроваткой...
2. **Соблюдайте принцип постепенности посещения ребёнком детского сада.** В течение первой недели ребенок посещает детский сад на 1 – 1,5 часа. Далее можно оставить на прогулку, затем на обед, сон, на весь день. При ярко выраженных отрицательных эмоциональных состояниях ребёнка целесообразно воздержаться от посещения детского сада, так называемые «выходные дни» среди недели.
3. **Действия родителей и педагогов должны быть согласованы:** соблюдение режим дня, отучивание от вредных привычек, привитие навыки самообслуживания. С целью информированности родителей в приемной группы организована наглядная информация по различной тематике. Проводятся родительские собрания, консультации для родителей. Ежедневное информирование родителей об особенностях адаптации каждого ребёнка в индивидуальной беседе
4. **Придумайте свою традицию при расставании с ребенком.** Придумайте традицию – прощания (пожатия руки, поцелуй в носик, «Пока, скоро увидимся») эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной. Когда говорит : «Пока, скоро увидимся!») Расставание не следует затягивать, прощайтесь легко и быстро. Постарайтесь пораньше забирать ребёнка из детского сада, он очень скучает.
5. **Создайте ребенку положительный настрой на то, что он ходит в детский сад.** Расскажите родным и знакомым в присутствии ребёнка, что вы уже ходите в детский сад. Какой он молодец. Ведь он теперь взрослый, совсем как мама и папа ходит на работу. В детском саду тебе будет интересно, ты познакомишься и подружишься с другими ребятами и взрослыми. Утром я тебя отведу в детский сад, а вечером заберу.

Тревога расставания не только нормальна, это верный признак привязанности ребенка к вам. Но есть способы уменьшить слезы и боль при расставании:

- Внушите ребенку, что вы обязательно вернетесь к нему. Если мать говорит, что ее ребенок поднимает крик всякий раз, когда она оставляет его, это объясняется так: «Вы просто недостаточно часто уходите от него», эти крики могут означать неуверенность ребенка в том, что мама придет обратно, после нескольких расставаний ребенок поймет, что мама уходит и всегда возвращается.
- Расставайтесь без долгих прощаний. Само расставание должно быть быстрым. Хуже всего остановиться в дверях и начать уговаривать ребенка – это вызывает лишнее беспокойство. Напомните себе, что страдание в момент расставания скорее пройдет, как только вы уйдете.
- Хорошо расставаться с ребенком со словами: «Я люблю тебя» и поцелуем.

- Оставьте с ним кусочек себя. Если вы оставляете ребенку что-то свое – какое-нибудь украшение или платок, например, или обещайте ему закончить совместно начатую работу дома вместе с ним. Так вы дадите ему понять, что вернетесь за ним.
- «Мамин след» Прощаясь с ребенком мама, может поцеловать малыша накрашенными помадой губами. След от поцелуя, оставленный, скажем, на запястье, где ребенок может его видеть, станет напоминанием о мамином присутствии.
- Организуйте встречу. Плохо, если вы просто оставите ребенка в толпе детей. Передайте ребенка из «рук в руки» педагогу. Желательно, если воспитатель присядет рядом ребенком, чтобы оказаться на уровне, и поговорит с ним немного. Это поможет переходу от домашней обстановки к обстановке детского сада и отсутствию родителей.
- Возьмите с собой в сад любимую игрушку. Находясь в детском учреждении, особенно первое время, ребенок будет чувствовать себя увереннее, имея при себе какую-либо любимую домашнюю вещь, например, мягкую игрушку.
- Дайте ориентир во времени. Маленькие дети часто не ориентируются во времени, поэтому лучше обозначить для них его какими-то событиями. Скажите ребенку, что сегодня вечером будете с ним чем-то заниматься, желательно приятным. Или же скажите, что сначала он поиграет, потом поест и ляжет спать, потом погуляет, а после прогулки за ним придете.
- Интересуйтесь поведением ребенка в свое отсутствие. Бывает, что даже по прошествии значительного времени, например, нескольких недель, самочувствие ребенка в детском саду, вам кажется не улучшается. Не исключено, что стоит вам скрыться из виду, он начинает играть и прекрасно проводит время до вашего прихода. Обсудите с воспитателем, как чувствует себя ребенок, ослабевает ли его интенсивность его эмоциональных переживаний, вызываемых расставанием с вами. Если ребенок, сильно расстраиваясь в начале, быстро восстанавливает душевное равновесие, беспокоится не о чем.

**Таким образом,** период адаптации достаточно сложный период в жизни малыша, родителей и педагогов. Родителям нужно набраться терпения, так как в период адаптации ребенок становится более капризным, плаксивым. Постепенно ребенок привыкает к детскому саду, понимает, что мама его не оставила и обязательно придет. У малыша появляются любимые игрушки, он знаком со всеми детьми и охотно идет к воспитателям, которые с улыбкой встречают его каждое утро.