

МБДОУ «Детский сад №72»

Консультация педагога-психолога на тему:

«Адаптация детей к детскому саду»

Педагог-психолог:

Морозова Светлана

Александровна

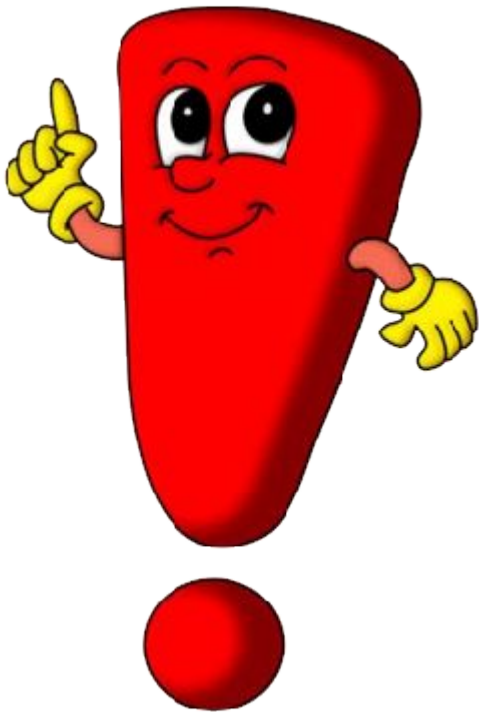
Г.Череповец, 2020г.

Кажется, еще вчера ваш малыш делал свои первые шаги... Время летит незаметно, и вот уже пришло время отдавать его в детский сад. И тут появляются сомнения и переживания за своего ребенка, как он привыкнет к детскому саду, что ждет его там и т.д. **Важно задать себе вопросы: «Готов ли я к расставанию с ним? Чего я опасюсь?».** Хорошо, если у родителей есть твердое намерение вести ребенка в сад именно сейчас и нет колебаний, которые обязательно передадутся малышу.

**Подумайте,
детский сад –
это хорошо
или плохо?**



Адаптация - способность организма приспособливаться к различным условиям внешней среды.



Уровни адаптации:

- 1. Физиологический** – новый режим дня, помещения, освещенность, пища, запахи и т.д.
- 2. Психологический** – отсутствие родителей, большое скопление людей и необходимость с ними взаимодействовать, а также в одиночку справляться с трудностями, отстаивать свое личное пространство.

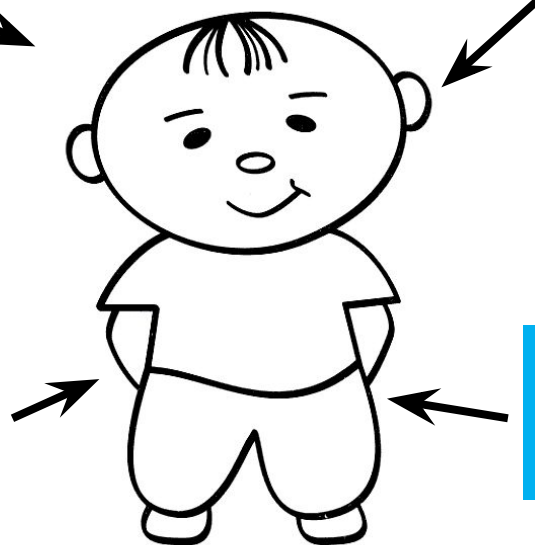
Как подготовить ребенка к детскому саду?

**1.Настрой
родителей**

**5.Предметные
игры**

**2.Круг общения
ребенка**

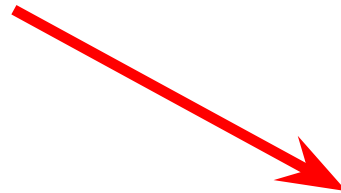
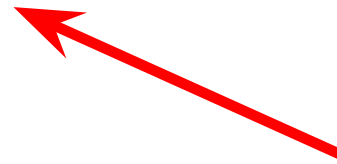
**4. Навыки
самостоятельности**



**3.Режим
дня**



НАСТРОЙ РОДИТЕЛЕЙ



**У родителей и ребенка есть
эмоциональная связь.
Настроение мамы передается
ребенку!**

КРУГ ОБЩЕНИЯ

Если ваша семья открытая: к Вам часто ходят гости с детьми; вы общаетесь с друзьями, родственниками; спокойно оставляете ребенка у бабушек/дедушек, то ребенок привык к широкому кругу общения, и ему будет проще устанавливать контакты с незнакомыми людьми, он будет меньше уставать от шума в группе.

Если семья закрытая (Вы малообщительны), то надо понимать состояние ребенка, не привыкшего к такому шуму и большому количеству детей вокруг. Исправить это уже поздно. Важно дома создать спокойные условия, благоприятствующие отдыху и расслаблению ребенка.

Во время приучения ребенка к ДОО **желательно не создавать дополнительную нагрузку для нервной системы ребенка** (не ходить в гости, не посещать шумные мероприятия и др.). Должна быть спокойная обстановка дома., без значительных изменений (без переездов, разводов родителей, конфликтов дома и др.)

РЕЖИМ ДНЯ

Режим дня ребенка должен быть приближен к режиму внутри детского сада!

Утренний подъем дома:

- Плавное пробуждение ребенка;
- Дать повод ребенку для того, чтобы встать рано («снег за окном идет!»);
- Дать попить, желательно не кормить;
- Не включать телевизор (мультфильмы хочется смотреть долго);
- Можно взять игрушку, которую не жалко (адекватной величины);
- Не давать с собой конфет, ценных вещей, мелких предметов, острых;
- По дороге отвлекать ребенка от переживаний.

В детском саду:

1. Приведите ребенка в детский сад до завтрака.
2. Поздоровайтесь со всеми.
3. Скажите ребенку, куда и зачем вы пойдете, и когда вернетесь.
3. Переоденьте ребенка, передайте воспитателям и быстро попрощайтесь. **Придумайте свой ритуал прощания!**
4. Не плакать, не стоять за дверями, не подглядывать в окна, уходить!



Вечерняя встреча

У ребенка **стресс**, может быть обида, злость на родителей.

Плач – это хорошо! Помогает нервной системе не перегружаться!

Ребенок

Родитель

Ребенок



Родители должны **понять** состояние своего ребенка, **оставаться спокойными**, не заражаться негативными эмоциями. Лучше отвлекать ребенка, носить с собой какие-нибудь безделушки! Не стоит обещать призы за то, что ребенок останется в саду (сладости, игрушки)!

Дома спокойная атмосфера, без гостей. Телесные игры, игры с водой, чтение книг, творчество будут очень полезны.

Фразы, которые ухудшают ситуацию

- «Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!»;
- «Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!».

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть **УПРЕК**. Упрек ребенку в том, что он **МЕШАЕТ** маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

Ребенок чувствует себя уверенней, если уже что-то умеет делать сам.

- *Кушает ложкой,
- *Ходит на горшок,
- *Засыпает самостоятельно,
- *Пытается одеваться-раздеваться,
- *Умывает руки.



**Одежда и обувь для детского сада должны быть
легко одеваемыми,
чтобы не доставлять ребенку дополнительных неудобств!**

ПРЕДМЕТНЫЕ ИГРЫ

Хорошо, если Ваш ребенок любит:

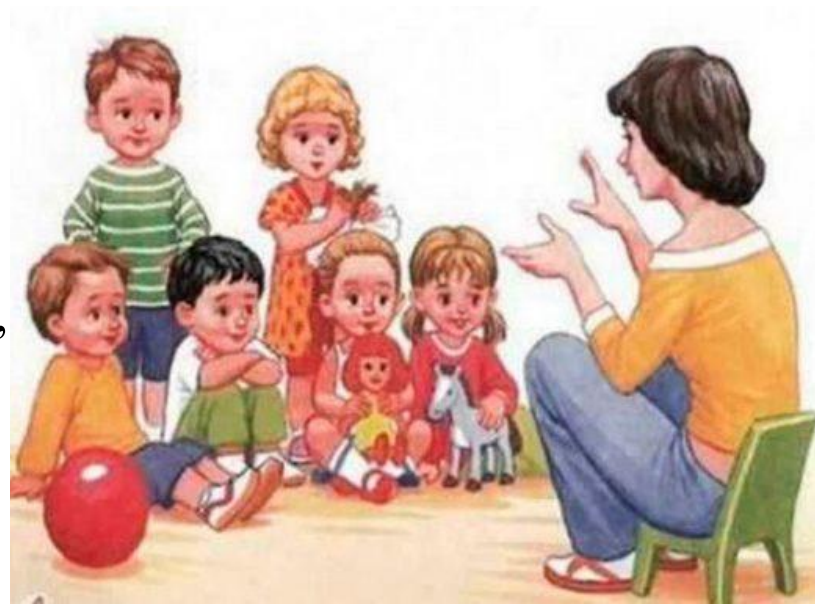
- манипулировать различными предметами;
- играть в развивающие игры (вкладыши, пирамидки, матрешки и др.);
- строить, играть с машинами, конструировать;
- играть с куклами, катать их в коляске, кормить и т.д.

В этом случае педагогам проще привлечь внимание ребенка (игрушками), переключить его с негативных переживаний на игровые действия.

Обязательно скажите педагогам, во что любит играть Ваш ребенок, что его успокаивает.

Доверительный контакт с воспитателями

- *Расскажите педагогам о привычках ребенка, его особенностях, здоровье.
- *Спрашивайте, как прошел день, как себя чувствовал малыш.
- *Относитесь к педагогам уважительно, доброжелательно, ребенок подражает вам во всем и будет доверять воспитателям по вашему примеру.
- *Если что-то не нравится, не обсуждайте при ребенке, лучше прямо прояснять ситуации с воспитателями.
- *Помогайте педагогам в создании комфорта в группе, развивающей среды. Дети любят видеть результаты труда родителей.
- *Относитесь к детскому саду положительно, и ребенок будет чувствовать себя в нем уютно.



АДАПТАЦИЯ

**Легкая степень
(2 недели)**

**Средняя степень
(1-1,5 месяца)**

**Тяжелая степень
(2 месяца и более)**

Ребенок адаптировался к детскому саду, когда он:

- перестает плакать (настроение нормализовалось),
- кушает с аппетитом,
- спокойно засыпает,
- играет с игрушками,
- ходит на горшок,
- не часто болеет,
- с желанием идет в детский сад,
- нервно-психическое развитие ребенка прогрессирует,
- идет на контакт с педагогами и детьми в группе.



**Желаю Вам успешной,
легкой адаптации !!!**