

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 37 «Сказка» п. Прикалаусский

Консультативный пункт:

**Консультация для родителей
«Привыкаем к детскому саду: проблемы адаптации»**

Выполнила:
воспитатель
Солнышкова Е.В.
09.09.2020г.

Консультация для родителей

«Привыкаем к детскому саду: проблемы адаптации»

Ваш малыш подрос, и его необходимо отдавать в детский сад. Как правило, у родителей возникает вопрос, как пройдет адаптация малыша в детском саду? Здесь многое зависит от подготовки со стороны родителей. Что необходимо учесть для успешной адаптации ребенка в детском саду?

В первую очередь нужно выбрать подходящее время года, педагоги пришли к выводу, что начало осени (в основном сентябрь) – самое подходящее время для похода в детский сад. Ваш малыш, за лето окреп в физическом плане, набрался здоровья. Ведь как говорится воздух, вода и солнце – лучшие помощники здоровья. Поэтому и болеть ваш кроха при походе в сад будет меньше. К тому же в августе-сентябре еще довольно тепло и много фруктов, овощей. В связи с этим велика вероятность, что адаптация в детском саду закончится до эпидемий гриппа и всеобщих простуд.

Первое знакомство ребенка с миром, где он остается один на один со сверстниками, для многих малышей бывает непростым. Каждому ребенку рано или поздно приходится «социализироваться», т. е. становиться способным жить среди других людей. В детском саду маленький человечек, попадая в коллектив своих ровесников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Однако, уже с первых дней жизни, у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение. Меняется режим, характер питания, микроклимат помещения, приемы воспитания, характер обучения. Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу.

В чем же проявляется стресс? У детей в период адаптации могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние, иногда повышается температура тела. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию. К сожалению, многие родители не знают, что эти явления временны, и забирают малыша из сада, так и не дав ему возможности полностью адаптироваться. Помочь ребенку адаптироваться к новой обстановке должны воспитывающие взрослые и, в первую очередь, родители. Поэтому нужно знать, что такое адаптация.

Возраст ребенка с 1 до 2 – 2, 5 лет характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поэтому адаптация к дошкольному учреждению проходит крайне болезненно. Надо так организовать этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка. Если мы с вами (родители и сотрудники детского сада) объединим наши усилия, то обеспечим малышу эмоциональный комфорт.

Адаптация – это привыкание человека к новым обстоятельствам и новой обстановке, в конкретном случае – это привыкание малыша к детскому саду.

Адаптационный период у детей может сопровождаться различными негативными сдвигами. В физиологическом и психологическом плане: повышение температуры и давления; уменьшение веса, временная остановка роста; снижение иммунитета, увеличение количества простудных заболеваний; увеличение нервозности; ухудшение сна; падение уровня речевой активности, сокращение словарного запаса; временное отставание в умственном развитии – может произойти своеобразный возврат в более ранний возраст. В поведенческом плане: упрямство, грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым, лживость, лень.

От чего зависят характер и длительность адаптационного периода?

От возраста ребенка. Труднее всего адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 1 до 2, 5-3 лет.

От состояния здоровья и уровня развития ребенка. Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.

От индивидуальных особенностей. Даже дети одного и того же возраста и пола по-разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду.

От опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми. Важно, чтобы в семье у ребенка сложились доверительные отношения с взрослыми, прививалось умение положительно относиться к требованиям старших (идти спать, принимать пищу, убирать игрушки за собой и т. п.).

Итак, факторы, влияющие на характер и длительность адаптации, известны. Но решить эту проблему, обеспечить более безболезненное привыкание ребенка к условиям детского сада можно только совместными усилиями семьи и детского сада.

Что же должны делать родители?

Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.

Не обсуждать при ребенке волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.

Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе. Медицинский прогноз адаптации отражается в медицинской карте ребенка; психологический прогноз составляют воспитатели в детском саду, наблюдая за поведением и состоянием малыша в течение первых 3-5 дней, отражается он в специальном листе адаптации, который ведется индивидуально по каждому ребенку.

Наличие у детей возможных навыков, облегчающих адаптационный период при поступлении в детский сад

Навыки самообслуживания:

- самостоятельно ест ложкой, умеет пережевывать пищу;
- перед едой моет руки;
- пользуется носовым платком, салфеткой во время приема пищи;
- своевременно просится на горшок;
- снимает расстегнутые и развязанные части своей одежды, обувь (шапку, варежки, носки и т. д., пытается одеваться без застегивания);
- узнает свои вещи;
- совместно с взрослым складывает игрушки в ящик или в пакет.

Индивидуальные особенности:

- любит, когда читают книжки;
- рассматривает картинки;
- любит слушать музыку;
- любит рисовать, так как умеет.

Навыки общения:

- понимает обращенную к нему речь;
- по просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку;
- понимает слова «нельзя», «надо»;
- любит играть с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт;
- обладает положительным опытом общения с посторонними взрослыми.

Игровая деятельность:

- самостоятельно делает несложные постройки из кубиков;
- повторяет в игре за взрослым увиденные действия;
- выполняет знакомое движение под музыку;
- играет с различными предметами, объединяя в одной игре два несложных действия (сажает в коляску и катает куклу);

Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?