Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Колобок» ст. Зеленчукской»

***«Адаптация детей к ДОУ».***

Семинар для родителей по адаптации детей раннего возраста к ДОУ

****

**Подготовила и провела педагог-психолог**

**Гаджибалаева Э.Г.**

**Сентябрь 2021г.**



Уважаемые родители! Сегодня мы поговорим об адаптации наших детей.

Семинарское занятие пройдет в онлайн формате (данная информация будет размещена в Whatsapp «Психология» и Instagram «Elmira\_psyholog»)

Для того, чтобы адаптация к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать больше об особенностях этого сложного периода.

Адапта́ция (лат. adapto — приспособляю) приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям внешней среды.

Адаптационный период - серьезное испытание для малышей. Вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние ребенка.

В незнакомой ситуации детского сада ребенок переживает новые эмоции, учится расставанию с мамой, привыкает к новому распорядку дня и новым людям, к новой пище и новому месту. Адаптация затрагивает весь организм: от желудочно-кишечного тракта до иммунной системы. Но переживать стресс можно по-разному. Если родители понимают, что происходит с ребенком, и помогают ему, как правило, привыкание к саду проходит гораздо легче.

Детский сад – новый период в жизни ребёнка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечеров дома, другие соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребёнок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:

    - Тревога, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании). При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство (встречает, пусть и доброжелательных, но чужих людей), и режима (ребёнку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал). В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же, личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в ДОУ).

    - Избыток впечатлений. В ДОУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и, вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

    - Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

     - Психологическая неготовность ребёнка к детскому саду. Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития. Чаще всего это происходит, когда ребёнку не хватает эмоционального общения с мамой.

     - Отрицательное первое впечатление от посещения детского сада. Оно может иметь решающее значение для дальнейшего пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.



Рекомендации родителям по подготовке ребёнка к детскому саду.

Каждый день оставляйте время на беседы с ребёнком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети гуляют и играют, маме надо заняться делами семьи).

• Заранее спланируёте прогулки на территорию детского сада. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание ребёнка 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.

• Ещё 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.

• Используйте сказки на тему адаптации детей в саду («Густав пошел в детский сад», «Енотик и детский сад» и тд.). Приложение 1

• Используйте мультики («Свинка пепа идет в детский сад», «Принцесса идет в детский сад»). Приложение 2

• Поиграйте с ребёнком 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.

• Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу. 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 ребёнка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребёнке.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

 (Приложение 1)

В книге Ирины Зартайской ребенок узнает, как вести себя в различных ситуациях, и поймет, что в детском саду совсем не страшно, и очень весело. И можно найти друзей!

Сказка для чтения с родителями для детей от 3-х лет и старше. Данная сказка наглядно продемонстрирует все приятные и неприятные сюрпризы, которые поджидают ребенка в детском саду. В конце книги- глава для родителей с полезными советами по подготовке ребёнка к детскому саду.

«В этой книге описаны простые действия, которые гармонично интегрируют в мир ребёнка детский сад и дадут малышу уверенность в том, что он самостоятельно со всем справится».(Полихрон Бумбуриди)