

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №34 «Колокольчик» города Лесосибирска»**

Родительское собрание для вновь прибывших детей

Повестка:

1. Краткий обзор информации о детском саду (режим работы, образовательные программы и т.д.) – Прудникова Н.В.
2. Адаптация детей раннего и младшего дошкольного возраста к условиям детского сада – Маренкова О.А.
3. Разное.

«Адаптация ребенка к условиям ДОУ»

Ваш ребенок идет в детский сад. Это – новый, важный период в жизни каждого ребенка. К сожалению, для любого ребенка начало посещения детского сада – настоящий стресс. Он попадает в совершенно новую, непривычную для него обстановку – огромное незнакомое помещение, где нет мамы, которая всегда готова прийти на помощь, где нет его любимых игрушек, где его окружают чужие взрослые, которых надо слушаться.

Чем старше ребенок, тем быстрее он может адаптироваться к новым условиям. Поэтому особо остро проблема адаптации стоит с детьми раннего возраста. Дети этого возраста наиболее ранимы, они менее приспособлены к отрыву от семьи.

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, новое, незнакомое для него пространство.

Приучать ребёнка к детскому саду нужно постепенно. В первые дни **пребывание ребенка в группе должно быть минимальным** (максимум два часа). Желательно, чтобы ребенок дома позавтракал, потому что многие дети поначалу совсем отказываются от еды. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. Только через две-три недели, учитывая желание малыша, можно оставить его на целый день.

Процесс перехода ребенка из семьи в дошкольное учреждение сложен не только для ребенка, но и для родителей. Поэтому родители обязательно должны подготовить и себя и малыша к первому дню посещения детского сада. Необходимо заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прогулки, прием пищи), максимально приближенный к режиму ДОУ. Родители должны рассказывать ребенку о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему они хотят его туда повести (там хорошо, интересно, там много других детей, игрушек с которыми можно играть и т.д.). Так же дома

можно поиграть в игру «Детский сад», обыграть ситуации, которые могут возникнуть в детском саду.

Каждый раз, после прихода из детского сада, родителям необходимо интересоваться у ребенка о том, как прошел его день, чем он занимался, что было интересного. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к дошкольному учреждению.

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в дошкольном учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, не хотят есть, отказываются от игрушек, не идут на контакт с детьми и взрослыми, но уже через несколько дней с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать. Другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, выполняют все указания воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с мамой, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, проявляют отрицательные эмоции в общении. Большинство детей реагируют на детский сад плачем. Одни легко идут утром, но плачут вечером дома, другие соглашаются идти в детский сад с утра, но перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Психологи и медики выделяют три степени прохождения адаптационного периода:

Легкая адаптация – к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, идет на контакт со сверстниками и взрослыми. Заболеваемость не более одного раза, без осложнений. Вес без изменений.

Адаптация средней тяжести – поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.

Тяжелая адаптация – характеризуется, во-первых, значительной длительностью (от 2 до 6 месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений (ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма). [1]

Как сделать период адаптации наиболее мягким?

В первую очередь мы хотим обратить внимание на то, что взрослые могут помочь легче пережить это время, но никак не быстрее. Обычно адаптация проходит за 3-4 недели, но иногда на это может уйти и 3-4 месяца. Не торопите время! Дайте ей благополучно завершиться. **Итак, как стоит вести себя родителям?** Больше всего ребенок расстраивается при расставании. Главное правило

таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он «считывает» вашу уверенность и слегка успокаивается.

Разработайте вместе с ним несложную систему прощальных знаков. Не надо затягивать утреннее расставание с ребенком, если он плачет. Разденьте его, передайте воспитателю, скажите, когда придете, и уходите. Воспитатель примет все меры, чтобы успокоить ребенка. Если ребенок продолжает сильно нервничать в отсутствии мамы – можно поискать причины в себе. Как правило, повышенная тревожность мамы, неправильная оценка собственной роли в жизни ребенка, нежелание увидеть в его поведении элементы манипуляции взрослыми – все эти причины в той или иной степени могут провоцировать подобное поведение. В этом случае мама должна изменить свое внутреннее состояние.

Как же помочь ребенку адаптироваться в детском саду? Далее остановимся подробно на особенностях поведения родителей в период смены ребенком домашней привычной обстановки на новую для него обстановку детского сада.

Помните: успех или неуспех любого начинания зависит от нашего отношения и позиции, которую мы выбираем для себя, и соответственно, нашего ребенка. В первую очередь необходимо эмоционально поддерживать ребенка.

Максимально приблизьте меню вашего ребенка к меню детского сада. Не кормите его насильно. Если взрослые не будут акцентировать внимание на еде, а позволят малышу самому решать, голоден он или нет, аппетит постепенно нормализуется. Важно выдерживать режим кормления, чтобы малыш понимал, что настает время обеда или ужина, иначе еда станет темой бесконечных манипуляций.

Обязательно скажите, когда Вы придете (после прогулки или сна). Ребенку легче знать, что мама придет после какого-то конкретного события, чем ждать ее каждую минуту. **ОБЯЗАТЕЛЬНО** выполните обещание! При встрече расспросите ребенка о прожитом дне, но не настаивайте, если он не захочет говорить с вами об этом. Расскажите ему, как прошел Ваш день, как Вы многое успели сделать за это время, поблагодарите его, что он помог вам (можно даже в виде небольшого подарочка). Правда, надо быть готовым, что иногда ребенок будет встречать Вас вечерним плачем. Не пугайтесь, это не означает, что ему плохо, просто надо же как-то передать Вам свои переживания и получить порцию нежности. Постарайтесь приласкать ребенка до того, как он заплачет.

Будьте терпимее к капризам и, тем более, к его слезам. Парадоксально, но факт: хорошо, что малыш плачет! Поверьте, у него настоящее горе, ведь он расстается с самым важным для него человеком. Он пока не знает, что Вы обязательно придете, еще не установлен режим. Хуже, когда ребенок настолько зажат тисками стресса, что не может проронить ни слезинки. Плач – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за «нытье». Конечно,

детские слезы заставляют Вас переживать, но и Вы тоже обязательно справитесь. Если Ваша тревога не покидает Вас, обратитесь к детскому психологу, который, скорее всего, поможет Вам, рассказав, как происходит адаптация
Вашего чада.

Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать сказку о том, как маленький мишка впервые попал в детский садик, и как ему сначала было страшно и неудобно, и как он потом подружился с детьми и воспитателями, предложите ребенку самому придумывать сюжетную линию с различными выходами из трудных ситуаций. Хорошо, если Ваша сказка будет про какую-нибудь любимую игрушку малыша. Он может взять ее с собой, чтобы успокоить любимого медвежонка, показав, что детский садик – это здорово! Прихватив с собой в сад любимую игрушку, малыш получит возможность разделить с кем-то близким первоначальное одиночество, а впоследствии и начать о нем заботиться.

Когда речь идет об адаптации ребенка в саду, очень много говорят о том, как трудно малышу и какая ему нужна поддержка. При этом часто за кадром остается очень важный человек – мама, которая находится в не меньшем стрессе и переживаниях, также нуждается в помощи и почти никогда ее не получает. Часто мама не понимает, что с ней происходит, и пытается игнорировать свои эмоции. Не стоит этого делать. Вы имеете право на все свои чувства. Поступление в детский сад – испытание для обоих, для мамы это первый опыт отрыва от себя того, кто еще недавно был ее частью.

Удачи Вам и Вашему малышу!