



Информация для родителей вновь поступающих детей

Уважаемые родители, предлагаем Вам ознакомиться с информацией по адаптации детей к дошкольному учреждению. **Адаптация** (приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям) к детскому саду – тяжелое время, как для каждого ребенка, так и для родителей. Поступление ребенка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций малыша, приводит к необходимости устанавливать социальные связи, адаптироваться к новым условиям жизни. Для того, чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к посещению детского сада заранее, уделяя ему в этот период особое внимание, так как ребенок попадает в иные условия, существенно отличающиеся от домашних. Детям трудно привыкать к новому учреждению, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам. Родители испытывают тревогу за своего ребенка, и также привыкают к требованиям детского сада. Период адаптации может длиться от одной-двух недель до трех-четырех месяцев и зависит от многих причин. Основными причинами тяжелой адаптации к условиям ДООУ являются: отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом дошкольного учреждения; наличие у ребенка своеобразных привычек (например, в 3 года ребёнок ест только определённую пищу, некоторые дети не имеют навыка разжевывания пищи, пьют только из бутылки и т. д.); неумение занять себя игрушкой; отсутствие элементарных культурно-гигиенических навыков (самому пить из чашки, есть пищу ложкой, пользоваться туалетом, иметь элементарные навыки раздевания - одевания (снимать обувь, носки, шорты (юбочки) и т. д., складывать всё это в свой шкаф; отсутствие навыка общения с незнакомыми людьми. Одна из самых распространенных проблем — **утренний плач** ребенка при расставании с родителями. Важно не поддаваться на провокации со стороны малыша и дать ему понять, что как бы там ни было, а ходить в садик ему придется. Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете. Твердо скажите малышу, что вы его оставляете только на несколько часов, что так надо, что вы его любите и обязательно придете за ним в определенный час. Сократите

«сцену прощания». Как правило, уже через несколько минут после исчезновения родителя ребенок успокаивается. **Создайте «ритуал прощания»:** договоритесь заранее с ребенком, например, о том, что вы помашете ему в окошко и пошлете воздушный поцелуй, так ему будет проще отпустить вас. И конечно, не забудьте похвалить его в те дни, когда ваше расставание будет проходить спокойно. По дороге домой старайтесь поговорить с ребенком, узнайте, что было за день хорошего, а что не очень удалось, чем дети занимались, с кем ребенок играл, что узнал нового. Отдав ребенка в садик, вы стали меньше времени проводить вместе с ним, но дело не в количестве часов, а в качестве ваших взаимоотношений. Они могут стать более теплыми, если вам есть что рассказать друг другу. Имейте в виду, что проблемы адаптации ребенка в садике могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявлять гибкость, в особо сложных ситуациях можно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду, либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

Адаптационный период считается законченным, если:

Ребёнок спокойно идёт в группу; С аппетитом ест; Быстро засыпает, вовремя просыпается; Эмоционально общается с окружающими; Играет в разные игры; Болезни, возможно даже частые, в первый год неизбежны. Да, в детских садах дети болеют чаще, чем дома. **Но в этом не всегда виноваты детские сады.** У каждого ребенка имеется определенный набор бактерий, который он получает в своей семье, где все родственники обмениваются ими, как улыбками и словами. Однако люди болеют от таких инфекций только тогда, когда ослабевает их иммунная защита. **А ее активность напрямую, особенно у детей, зависит от эмоционального состояния. В каком бы возрасте ребенок не поступал в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание.** Это нетрудно понять, ведь меняются привычные условия жизни, в которых ребенок чувствовал себя легко и уверенно, так как успел к ним приспособиться. Самый психотравмирующий факт – это разлука с матерью и другими близкими родственниками, которые заботились о ребенке с рождения. Не пугайтесь, и не торопитесь сразу садиться на больничный, особенно, в период адаптации. От небольшого насморка или кашля при своевременном лечении, можно вполне избавиться, не снимая ребенка с детского сада. Главное не упустить момент! А вот посидев пару недель дома с практически здоровым ребенком, Вы рискуете получить новые слезы, и привыкание начнется сначала. Если у ребенка удалось сформировать навыки

самообслуживания, научить его играть, общаться со сверстниками, домашний режим совпадает с детсадовским, наметился эмоциональный контакт ребенка с воспитателем, то адаптационный период будет безболезненным и коротким.

Итак, как надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад:

- ✚ Настраивать ребенка на мажорный лад.
- ✚ Постоянно внушать ему, что очень хорошо, что он дорос до детского сада и стал таким большим.
- ✚ Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
- ✚ Создать спокойный бесконфликтный климат для него в семье.
- ✚ Уменьшать нагрузку на нервную систему.
- ✚ На время прекратить походы в гости, на всевозможные развлекательные мероприятия, сократить просмотр телевизионных передач.
- ✚ Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- ✚ Создать в воскресные дни дома для него такой режим, как в детском саду.
- ✚ Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.
- ✚ Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать там и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» с ним ежедневно и знакомится там с другими; расспрашивайте, что с игрушкой происходило, кто там с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно.

Таким образом, Вы узнаете много о том, как Вашему малышу удастся привыкнуть к садику. Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с ребенком найти ей друзей и порешайте проблемы Вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительные результаты. Когда ребенок привыкнет к детскому саду, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть просто плохим настроением.

Заведующий

Кочмарева Л.С.