

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Уповского муниципального района Уповский детский сад "Солнышко"
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому направлению развития детей
627180, с. Упово, ул. Б. Янтимирова 33, тел./факс : 3-22-86

Родительское собрание «Адаптация детей к условиям детского сада»

Подготовила:

Мусина Елена Николаевна,

Педагог-психолог МАДОУ УМР
Уповский детский сад
«Солнышко»

Упово, 2022 г.

1 слайд	Здравствуйте, уважаемые родители ! Совсем скоро ваш малыш пойдет в детский сад. И сегодня мы поговорим, что нужно делать родителям, чтобы как можно легче и быстрее прошел адаптационный период вашего малыша. Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад, ведь вся их жизнь меняется кардинальным образом. В привычную, сложившуюся жизнь ребенка буквально врываются следующие изменения: - четкий режим дня; отсутствие родных рядом; постоянный контакт со сверстниками; необходимость слушаться и подчиняться незнакомому до этого человеку; резкое уменьшение персонального внимания. Все это приводит к тому, что ребенок попадает в определенную стрессовую ситуацию, которая называется адаптацией.
2 слайд	Выделяют два вида адаптации: 1. Биологическая адаптация - это перестройка физиологических систем организма, обеспечивающая целесообразное приспособление к новым условиям. Именно при биологической адаптации возникает снижение защитных функций организма, вследствие чего дети могут начать болеть, чаще, чем это было тогда, когда они находились дома. Ребенок может начать жаловаться на усталость, плохое самочувствие, стать более вялым. Но все это временно, как только организм привыкнет к изменениям все это пройдет. 2. Социальная адаптация – способность изменить свое поведение в зависимости от новых социальных условий. Другими словами это перестройка своей жизни, привычек под новые условия.
3 слайд	Существует много факторов влияющих на протекания адаптации ребенка, одним из которых является возраст ребенка. Наиболее благоприятными для начало посещения детского сада являются 1.5 года и старше 3-х лет. Дети младшего возраста лучше привыкают к изменившимся условиям, т.к. их режим только закладывается, и основной проблемой для них становится только разлука с близкими и уменьшение объема внимания к ним. Детям старше 3-х лет легче адаптироваться в том плане, что к этому возрасту у них резко возрастает потребность в общении со сверстниками, а именно в коллективе детского сада это потребность может быть удовлетворена в полном объеме. Кроме этого, у них снижается привязанность к матери, они легче вступают в контакт с другими взрослыми людьми.
4 слайд	С какими трудностями могут столкнуться родители, когда дети начинают посещать детский сад - повышенная плаксивость. -капризность.

	- нервозность. - резкая смена настроения. - появление вредных привычек (сосать палец, брать в рот разные предметы, что-то накручивать и т.п.). - изменение поведения и привычек детей.
5 слайд	Кому адаптироваться легче? • Детям, чьи родители готовили их к посещению сада заранее • Детям, физически здоровым • Детям, имеющим навыки самостоятельности • Детям, чей режим близок к режиму сада • Детям, чей рацион питания приближен к садовскому
6 слайд	Как подготовить ребенка к посещению детского сада. Во первых нужно учитывать возраст ребенка, детям до 4-х лет нужно при подготовке к детскому саду делать упор на приспособление к режиму детского сада, на необходимость расставания с близкими людьми. Детям, более старшего возраста, кроме этого необходимо развитие умения общаться со сверстниками и взрослыми, развивать игровую деятельность.
7 слайд	Нужно заранее рассказать ребенку о том, что такое детский сад, зачем туда ходят дети. Что интересного его ждет при посещении детского сада Например: “Детский сад это такой красивый, большой дом, куда ходят дети, пока мамы и папы работают, Утром их приводят в детский сад, а вечером забирают. В нем много игрушек, добрые воспитатели, которые играют с ними, рассказывают и читают сказки. В садик ходят дети, с которыми ты будешь играть, там много разных игрушек. В садике очень интересно и весело”. Можно использовать рассказы из своей жизни, о том как вы ходили в детский сад. Но рассказывание больше применимо для детей от 3-х лет. Для более маленьких детей лучше использовать прямое знакомство – утром прийти и посмотреть, как родители приводят детей в детский сад, днем прийти на прогулку и показать, как гуляют дети, и вечером, чтобы ребенок увидел, как забирают детей домой. Но и детям, более старшего возраста можно использовать метод прямого знакомства.
7 слайд	Необходимо подготовиться к расставанию с мамой. Можно оставлять своего малыша ненадолго с другими родственниками. При этом подчеркивая, что мама ушла по делам и обязательно придет. В детский сад может приводить ребенка тот взрослый, с которому ему легче расстаться, например, папа.

8 слайд	Построить режим дня приближенный к режиму дня детского сада. Делать это надо не за несколько дней до начала посещения Д.С, а как минимум за 1.5, 2 недели. (7:00 – подъем, умывание, одевание; 8:00 – крайнее время для прихода в сад; 8:10 – завтрак, 10:00 – прогулка, 11:00 – возвращение с прогулки, 11:30 – обед, 12:00 – 15:15 – дневной сон, 15:30 – полдник. Для того чтобы легко встать утром, лучше лечь не позже 20:30.).
9 слайд	Рацион питания также должен быть приближен к меню Д.С. Если ребенок видит на тарелке более-менее привычную пищу, он быстрее начинает кушать в саду, а еда и питье – это залог более уравновешенного состояния. Основу рациона в детском саду составляют каши, творожные запеканки, омлет, различные котлеты (мясные, куриные и рыбные), тушеные овощи и, конечно, супы.
10 слайд	Приучение к самостоятельности – немаловажное условие успешной адаптации ребенка. Создайте условия, чтобы он мог самостоятельно одеваться и умываться. Для этого посмотрите, чтобы его одежда была удобна для самостоятельного одевания – не было много пуговиц и завязок. Кроме этого, приучайте ребенка при раздевании аккуратно складывать вещи, для этого можно поставить рядом с кроваткой стульчик, на который он будет вешать свою одежду. Также проследите, чтобы все, чем пользуется ребенок, зубная щетка, одежда, обувь, находилась так, чтобы ребенок мог самостоятельно ее достать. Стимулируйте ребенка к самостоятельности, один предмет одежды помогли ему надеть, другой - он надевает сам. Вырабатывайте культурно-гигиенические навыки – мытье рук, вытирание рук и лица, пользование индивидуальными предметами гигиены (носовой платок, полотенце), учите опрятно принимать пищу.
11 слайд	<i>Детей с 3-4 лет нужно приучать к культуре поведения – здороваться со взрослыми и сверстниками, употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность, выполнять элементарные правила поведения на улице и в помещении, правилам поведения за столом, в спальне.</i>
12 слайд	У детей до 3-х лет только формируется умение общаться со сверстниками, совместно играть с ними, в этом возрасте взаимодействие со сверстниками идет не вместе, а рядом, параллельно. Поэтому учитывая, что ребенок, приходя в детский сад, попадает в окружение сверстников, нужно научить ребенка играть в окружении детей. Для этого посещайте детские площадки, где ребенок может играть с другими детьми, научите его совместно пользоваться игрушками. <i>Детей старше 3-х лет нужно учить взаимодействовать с детьми – как знакомиться с детьми, входить в игру, взаимодействовать с детьми в игре, делиться игрушками,</i>

	<i>отзываться на просьбу другого ребенка.</i> Кроме этого, нужно научить ребенка играть. Игра для ребенка - это не просто манипулирование предметами, это какой-то сюжет, взаимодействие с партнерами по игре. Кроме активных игр дети должны уметь играть и в спокойные развивающие игры. Для этого нужно заинтересовать их, поиграть вместе с ними, на примере показать, как делиться игрушками, выполнять правила игры.
13 слайд	В самом начале посещения Д.С. нужно обязательно рассказать воспитателю о привычках ребенка, об особенностях поведения, т.е как можно больше дать информации о ребенке. Не оставлять ребенка первые дни больше, чем на 2-3 часа. Учтите, что дети будут уставать в Д.с. не только морально но и физически, т.к все это взаимосвязано – поэтому постарайтесь создать дома спокойную обстановку, чтобы ребенок мог находиться в тишине. Избегайте посещений публичных мест, большого скопления людей. <i>Откажитесь на время от посещения дополнительных образовательных и спортивных учреждений.</i>
13 слайд	Вам нужно самим четко понимать, что плачь, изменение поведения ребенка - это нормальные изменения, вызванные приспособлением его к новым условиям. Поэтому нужно как можно спокойнее реагировать на них. Самим не тревожиться и расстраиваться, т.к. ваше состояние передается ребенку. Никогда не говорите при ребенке, даже если вы просто разговариваете с кем-то, а ребенок стоит рядом, о том, что ему скоро предстоит пойти в детский сад и вы очень этим обеспокоены, как он там будет один, смогут ли ему уделять внимание воспитателя, у будут ли они добрые и т.п.
14 слайд	Не делайте ошибок К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка. Чего нельзя делать ни в коем случае: • Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держат слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете за ним. • Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

15 слайд	• Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще. • Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку. • Желаю всем легкой успешной адаптации к детскому саду. • Спасибо за внимание !
----------	--

Поведение родителей в период адаптации детей

1. Заранее подготовьте детский гардероб. Даже если Вы уверены, что Ваш ребенок хорошо ходит на горшок - "промахи" при адаптации могут случиться, поэтому оставляйте ребенку сменную одежду.

2. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.

3. Первые 1-2 недели постарайтесь приводить ребенка на 2-3 часа.

4. Первый 1-2 месяца постарайтесь забирать малыша из сада пораньше. Не опаздывайте!

5. Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте.

6. Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Замечено, что с одним из родителей ребенок расстается спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

7. Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь! Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

8. Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

Как облегчить ребенку период адаптации

1. Увеличьте круг общения Вашего малыша со взрослыми и детьми.
2. Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
3. Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша. Не держите в "тепличных" условиях.
4. Создавайте положительный образ воспитателя. Напоминайте ребенку о том, что сад - это привилегия ребенка, а мам туда не пускают.
5. Придерживайтесь режима **близкого к режиму в детском саду**. Это важно!
6. Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.
7. Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно. Посоветуйтесь с воспитателем, когда можно оставлять ребенка на питание и сон.