

Консультация для родителей на тему «Адаптация в ДОО детей второго и третьего года жизни»

**Запаситесь терпением, и детский сад
будет привычным и уютным миром
для вашего малыша!**



Большинство **родителей** с тревогой ждут приближения момента, когда ребенок пойдет в детский сад. Как малыш будет себя чувствовать? Подружиться ли с другими детьми? Как отнесется к нему воспитатель?

Родительская тревога понятна. Период адаптации к ДОО, важный период, отражается он на физическом и психическом здоровье детей. Особенно тяжело адаптация протекает у детей второго года жизни. Длительность периода адаптации может продолжаться в течение полугода и часто сопровождается простудными заболеваниями. Нарушается эмоциональное состояние. Ребенок много плачет или заторможен. Стремиться к эмоциональному контакту с воспитателями, или отказывается от него. Возможны нарушения сна, аппетита. Может падать уровень речевой активности.

Адаптационный период в детском саду

Адаптация к детскому саду – тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков. Ведут себя дети в этот период по-разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи реагируют достаточно спокойно.

Адаптация – от лат. «приспосабливаю» – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях – физиологическом, социальном, психологическом.



Так как же готовить ребенка к детскому саду?

1. Обратите внимание на режим дня. Он должен максимально соответствовать условиям ДОУ.
2. Важно формировать у ребенка соответствующую возрасту форму общения с взрослыми и развивать предметную деятельность. Какие контакты предпочитает ребенок? Эмоциональные или деловые? Эмоциональные отношения – избирательны, строятся на основе опыта личностного общения с самыми близкими людьми. Общение ребенка и родителей это выражение любви, ласки и нежности. Это важный, необходимый период для его развития. А практическое, деловое общение не связано с привычкой к определенному человеку. В норме к концу первого полугодия малыши все больше интересуются не только общением с родителями, но и окружающими предметами, с ребенком происходят изменения, он хочет играть. Это означает начало раннего возраста, переход к новому виду общения – деловому. К концу 1 года жизни малыши уже умеет общаться с простыми игрушками, собирает пирамидку,

матрешку, складывает кубики. Дети научившиеся длительно и разнообразно действовать с игрушками, легче **адаптируются**, им легко войти в контакт с взрослыми и с другими детьми. Это дает такому ребенку положительные эмоциональные ощущения, способствует быстрой **адаптации к детскому саду**. А вот дети, которые не готовы к деловому общению, не умеют выбирать игрушки, проявляют мало инициативы, нелюбознательны, с трудом **адаптируются в ДОО**. У них, слабая сформированность действий с предметами, трудности с концентрацией на игре, они затрудняются установить деловой контакт, как с детьми, так и с воспитателями. Незначительная трудность вызывает капризы. Как правило, в семье у такого ребенка характер взаимоотношений в основном сводится к эмоциональным контактам. Игруют с ним мало, не активизируют его инициативу и самостоятельность. Если ребенок предпочитает эмоциональные контакты, то необходимо развивать более прогрессивные формы общения. Приобщайте ребенка к простым играм. Поощряйте его успехи. Предоставляйте ребенку свободу выбора игрушек и его активность будет расти. Поощряйте его общение с другими взрослыми людьми (близкий круг ваших друзей, родственники). Расширение круга общения, под вашим контролем, в домашней обстановке способствует развитию у ребенка открытости, умению ладить с людьми.

3. Играя вместе с ребёнком, приучайте его в игровой форме к порядку (уборка игрушек, вещей) навыкам самообслуживания, правилам гигиены.

А вот несколько вопросов, которые помогут понять родителям, готов ли ваш ребенок посещать детский сад?

1. Какое общение (эмоциональное или деловое) предпочитает малыш?
2. Как ведет себя при расставании с близкими и встрече после разлуки?
3. Какой уровень развития самостоятельной игровой деятельности у ребенка (манипуляции, действия с предметами?)
4. Нужна ли ребенку ваша помощь в игре и как он выражает потребность в сотрудничестве?
5. Как ведет себя в ситуации взаимодействия? Выполняет поручения, просьбы (убрать игрушки или что-то принести)
6. Как ведет себя? Как реагирует на появление в привычной для него обстановке незнакомого взрослого?

7. Как относится к сверстникам? Любит ли играть? Активен ли в игре?

*Если ваш ребенок любит играть вместе с вами. Переносит разлуку, может занять себя каким-либо делом, выполняет ваши просьбы, совершает простые действия по самообслуживанию, активен в игре, доброжелателен к своим сверстникам, легко контактирует с другими взрослыми, вы можете предположить, что **адаптация** будет проходить успешно.*

Для 2-летних детей очень хороши большой разноцветный мяч, который не закатывается под мебель, 7-8-составные пирамидки, мягкие, пушистые игрушки, которые дети уже не тянут в рот, а вот засыпают с ними очень хорошо. Большая пластмассовая машина или коробка уже с этого возраста будет приучать ребёнка к аккуратности, самостоятельности, т.к. в них должны складываться после игры кубики, мячи, резиновые и мягкие игрушки. Хорошо, если уже в этом возрасте у малыша будет своё игровое место в квартире, а у игрушек тоже свой домик.

К трём годам набор игрушек расширяется. К ярким, разноцветным, с чёткой формой игрушкам прибавляются простейшие конструкторы, которые малыши собирают вместе со взрослыми, всегда при этом испытывая удовольствие и восторг от того, что из странных кусочков может получиться замечательная, понятная ребёнку фигура-игрушка. На этом возрастном этапе ребёнок начинает активно включаться в мир реальных жизненных ситуаций, узнаёт, что люди заняты в жизни работой и имеют разные профессии, сталкиваются с проблемами и находят выход из конфликтов. Поэтому чаще всего ребёнок выбирает сюжеты для ролевых игр из той жизни, которая его окружает. Дети играют в "дочки-матери", "в папу и маму", в "магазин", в "доктора", "детский сад" и т.п. Игрушки в этом возрасте увеличиваются в размерах (большая кукла, большой медведь и т.д.). Правильной будет покупка парикмахерских наборов, чайных и столовых сервизов, принадлежностей доктора Айболита, мебели и других предметов, отображающих различные стороны реальности. Стремление ребёнка жить общей с взрослыми жизнью свидетельствует о новом этапе в развитии эмоций и социальной адаптации. Основное требование - "бытовые игрушки" должны быть похожи на "оригинал" и быть достаточно прочными.

**Адаптация
ребёнка
в детском саду**
советы родителям





Совет первый - Неполный день

Постарайтесь не оставлять ребенка на полный день. Желательно первое время забирать его тогда, когда он еще не устал. Время пребывания в саду увеличивайте постепенно.

Совет второй - Правила личной гигиены

Целесообразно узнать все правила, которые существуют в садике, особенно те, что касается личной гигиены.

Постарайтесь придерживаться их дома – тогда ребенку легче будет привыкнуть к требованиям садика.

Обязательно оставьте в садике запас одежды и белья, чтобы в случае необходимости ребенок мог быстро переодеться в чистое и сухое.



Совет три - Еда

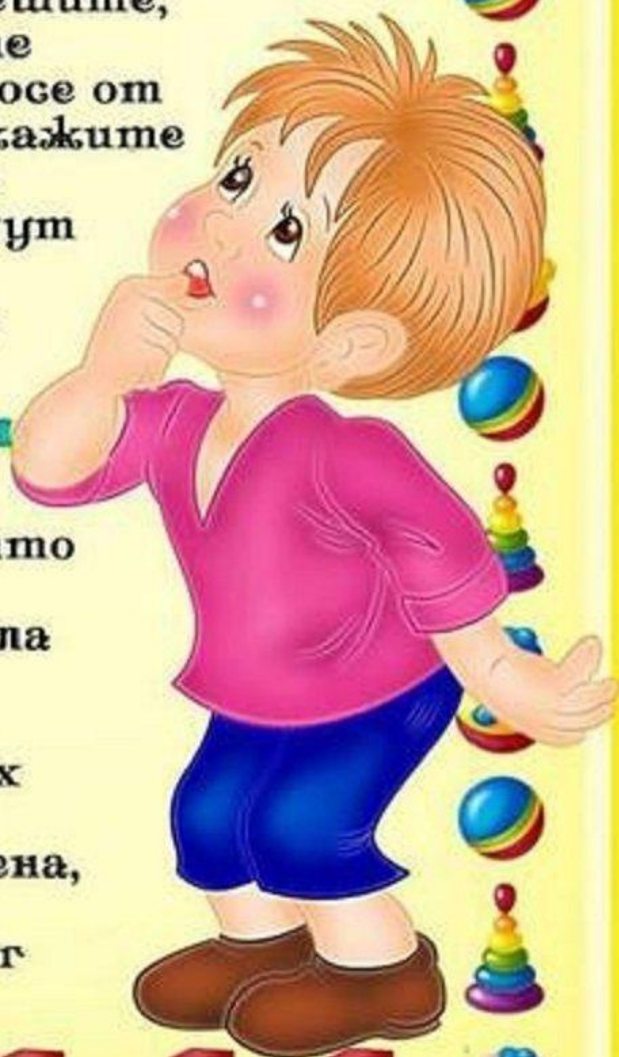
Не приучайте детей к перекусам, а соблюдайте режим питания.

Организм ребенка привыкает к перекусам и в саду ему этого может не хватать. Малыш будет испытывать дискомфорт, но объяснить не сможет. Ест ли ребенок сам или ему нужна помощь?

Уверенно пользуется ложкой и вилок? Решите, как много вы хотите помощи в этом вопросе от воспитателей. Расскажите о ваших пожеланиях людям, которые будут непосредственно общаться с вашим малышом.

Совет четыре - сон

Очень часто родители уверены, что ребенку не нужен дневной сон, ведь дома его не уложишь. В детском саду дети спят, потому что их жизнь гораздо более динамична и насыщена, и после обеда дети просто валяются с ног от усталости.





Совет пять - Одежда

Одежда должна быть удобной и комфортной. Что для вас важнее – чтобы он выглядел самым модным и стильным или, чтобы он не боялся испачкаться и помять одежду? Обратить внимание на удобство застежек. Пусть маленький человек чувствует себя комфортно и свободно, а одежда не будет предметом ваших сожалений и претензий к ребенку.

Совет шесть - Игрушки

Договоритесь с ребенком, что он будет приносить в детский сад только те игрушки, с которыми он готов поделиться, и пропачка или порча которых не вызовет бурю слез. Полните сейчас идет адаптация к детскому саду, это и так тяжело для вашего ребенка, и лишние потрясения ему совсем ни к чему.



Совет семь - Расставание

Расставание с мамой – для всех животрепещущий вопрос. Очень многие дети плачут при расставании. Их приходится долго уговаривать и отвлекать. Воспитатель поможет вам в этом, но в ваших силах сделать расставание менее болезненным. Узнайте, как ребенок чувствует себя в ваше отсутствие. Если он быстро успокаивается, не грустит то, скорее всего, причина в ритуале расставания.

Необходимо придумать или изменить ритуал, чтобы ребенку было легче вас отпустить.

Совет восемь — Никогда не обманывайте ребенка

Обман – даже если у вас изменились планы – может стать очень тяжелой правдой для ребенка, поколебать его доверие к вам и свести на нет все усилия по успешной адаптации в саду. Поэтому, если не уверены, сложите ли выполнить свое обещание – лучше забрать ребенка раньше без предупреждения – это станет для него приятным сюрпризом.



Рекомендации для родителей, ребенок которых впервые идет в детский сад

1. Сформируйте у себя положительное отношение к детскому саду, настройте себя на то, что ребенку здесь будет хорошо, он будет ухожен, окружен вниманием, он получит поддержку.
2. Избегайте любых негативных разговоров в семье о детском саде в присутствии ребенка, поскольку они могут сформировать у него негативное отношение к посещению детского сада.
3. Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье.
4. Заранее позаботьтесь о том, чтобы распорядок дня ребенка дома был приближенным к распорядку дня в детском саду (ранний подъем, время дневного сна, приема пищи, прогулки).
5. Ознакомьтесь с режимом питания и меню в саду. Учите ребенка есть не перетёртые блюда, пить из чашки, приучайте держать ложку.
6. Отучите ребенка от подгузников.
7. Дайте ребенку в садик любимую игрушку.
8. Учите ребенка узнавать свои вещи: белье, одежда, обувь и т.п.
9. Учите играть с игрушками. Скажем, куклу можно кормить, качать, качать; пирамидку - собирать, разбирать.
10. Приучайте ребенка после игры складывать игрушки на место.
11. Поиграйте дома в детский сад с куклами: покормите их, почитайте сказку, уведите на прогулку, положите спать.
12. Воспитывайте у ребенка позитивный настрой и желание общаться с другими детьми.
13. Подготовьте для малыша индивидуальные вещи: обувь и одежда для группы, 2-3 комплекта сменного белья и другие необходимые вещи.
14. Сообщите медсестре о состоянии здоровья малыша.