

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение "Детский сад № 140 "Золотая рыбка"
комбинированного вида**

Консультация для родителей

«Первый раз в детский сад»

**Составила: воспитатель
Прищепа А.Н.**

г. Барнаул, 2021

«Первый раз...в детский сад!»

В детский садик, как на
праздник
В первый раз идем.
У самой дрожат коленки –
Как же это так?
Мой ребенок будет с кем-то,
Как он будет? Как?
«Ничего» - себе сказала,
Надо привыкать,
И ребенка к «взрослой» жизни
Надо приучать.
Все! Свершилось –

Входим в группу!
Что же слышим мы:
«Мама, папа, до свиданья
Можете идти!»
Воспитатель нас встречает,
Ребенка в группу провожает,
Ребятишкам представляет
И... дитя уже играет!
Все «процесс пошел» -
уходим!
«Как по маслу» в садик ходим!

(Автор Сидорова Аня)

Что это за «процесс»? что же нужно сделать, чтобы «процесс» прошёл наиболее безболезненно для Вашего ребенка? Вот об этом мы с Вами сегодня поговорим. И у этого «процесса» есть свое понятие - **Адаптация**.

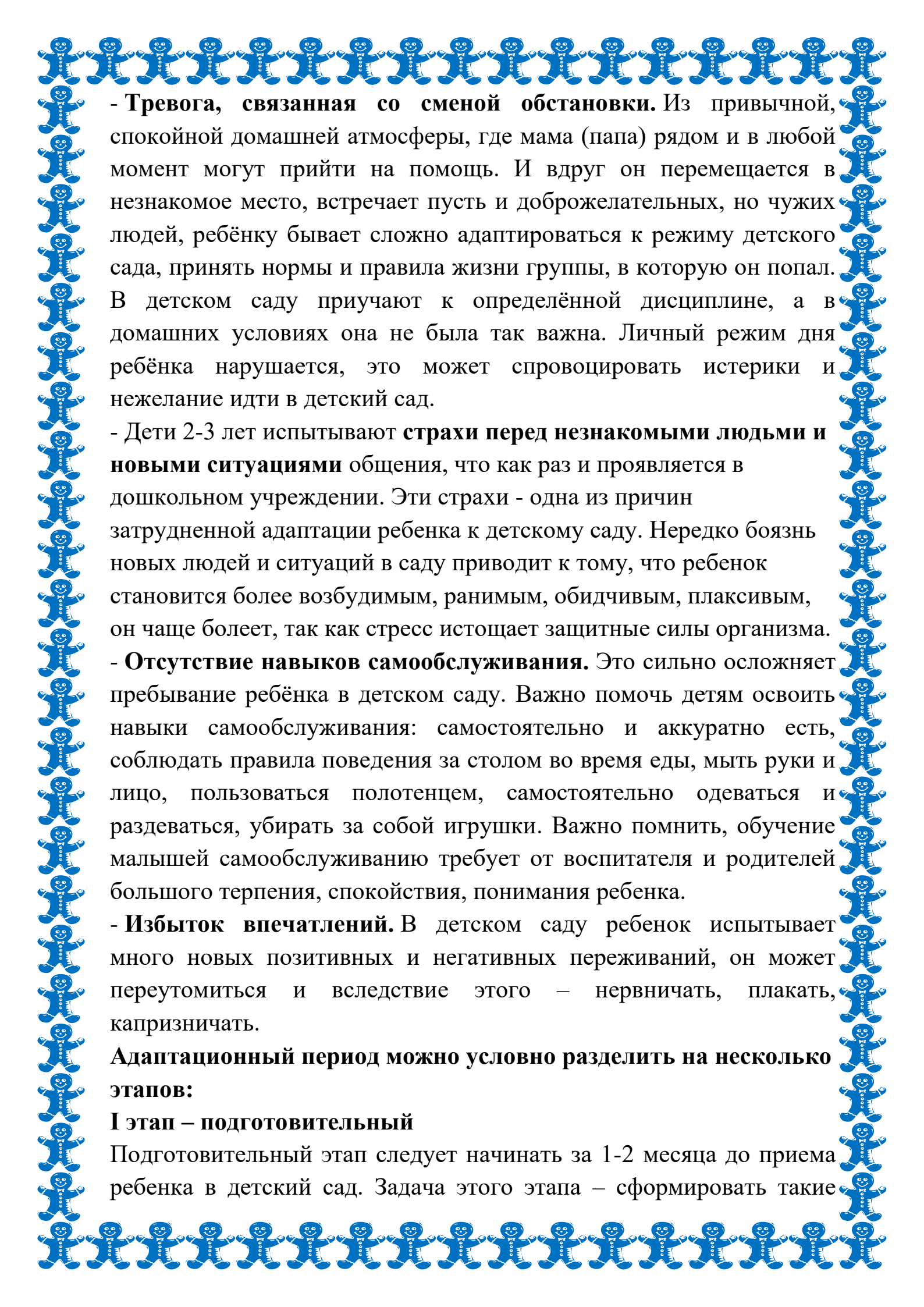
Август - Сентябрь. Вы первый раз привели ребенка в детский сад. Волнуетесь. Переживаете. Как справится ребенок с новой ситуацией?

Что же такое «адаптация ребенка к детскому саду» и как сделать так, чтобы она прошла наиболее безболезненно для Вашего малыша?

Адаптация – это приспособление организма к новым или к изменившимся условиям жизни. **Детский сад** – новый период в жизни ребенка.

Поступление малыша в детский сад – это его первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно.

Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:



- **Тревога, связанная со сменой обстановки.** Из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама (папа) рядом и в любой момент могут прийти на помощь. И вдруг он перемещается в незнакомое место, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей, ребёнку бывает сложно адаптироваться к режиму детского сада, 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. Личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в детский сад.

- Дети 2-3 лет испытывают **страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями** общения, что как раз и проявляется в дошкольном учреждении. Эти страхи - одна из причин затрудненной адаптации ребенка к детскому саду. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в саду приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма.

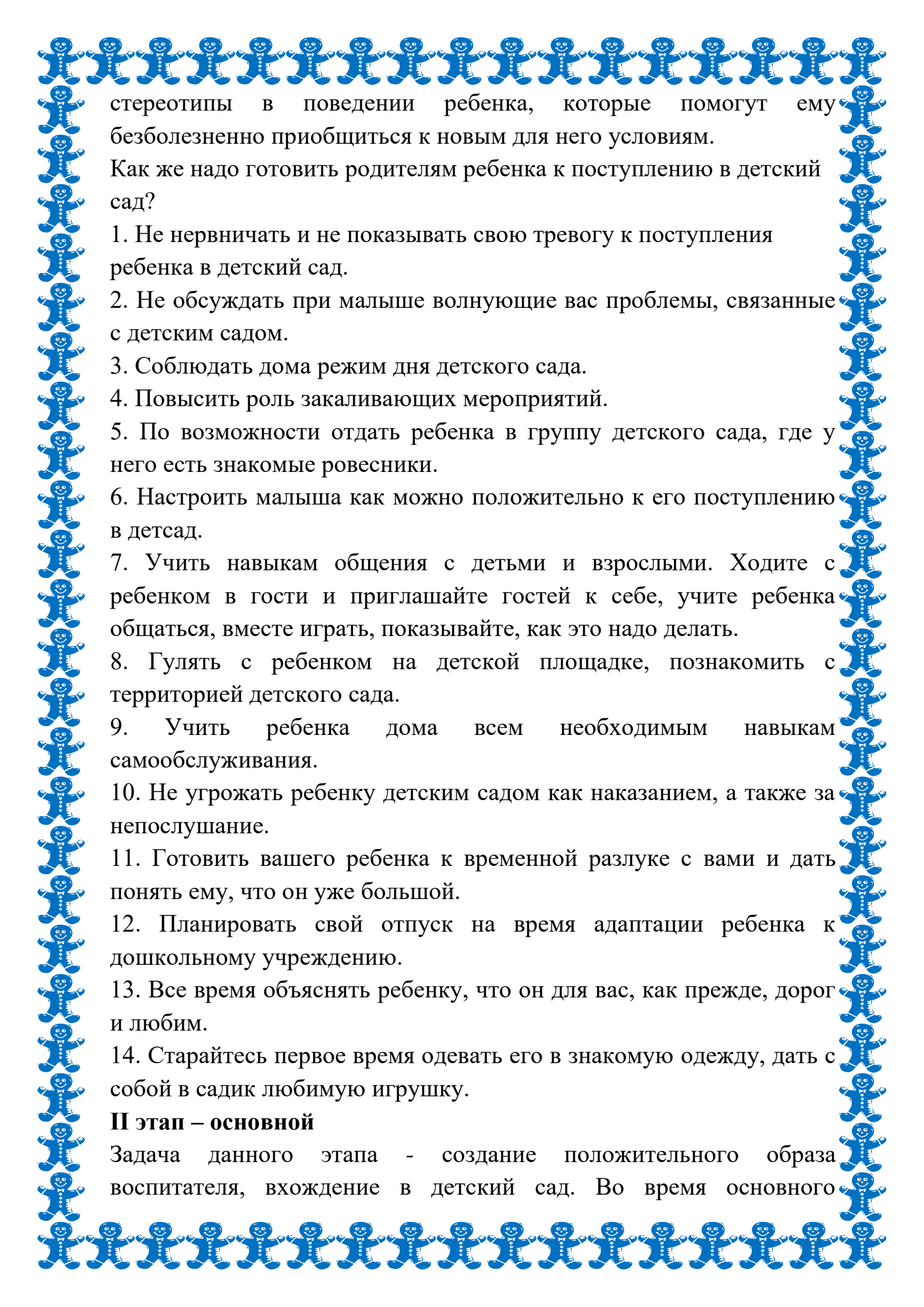
- **Отсутствие навыков самообслуживания.** Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду. Важно помочь детям освоить навыки самообслуживания: самостоятельно и аккуратно есть, соблюдать правила поведения за столом во время еды, мыть руки и лицо, пользоваться полотенцем, самостоятельно одеваться и раздеваться, убирать за собой игрушки. Важно помнить, обучение малышей самообслуживанию требует от воспитателя и родителей большого терпения, спокойствия, понимания ребенка.

- **Избыток впечатлений.** В детском саду ребенок испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

Адаптационный период можно условно разделить на несколько этапов:

I этап – подготовительный

Подготовительный этап следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие



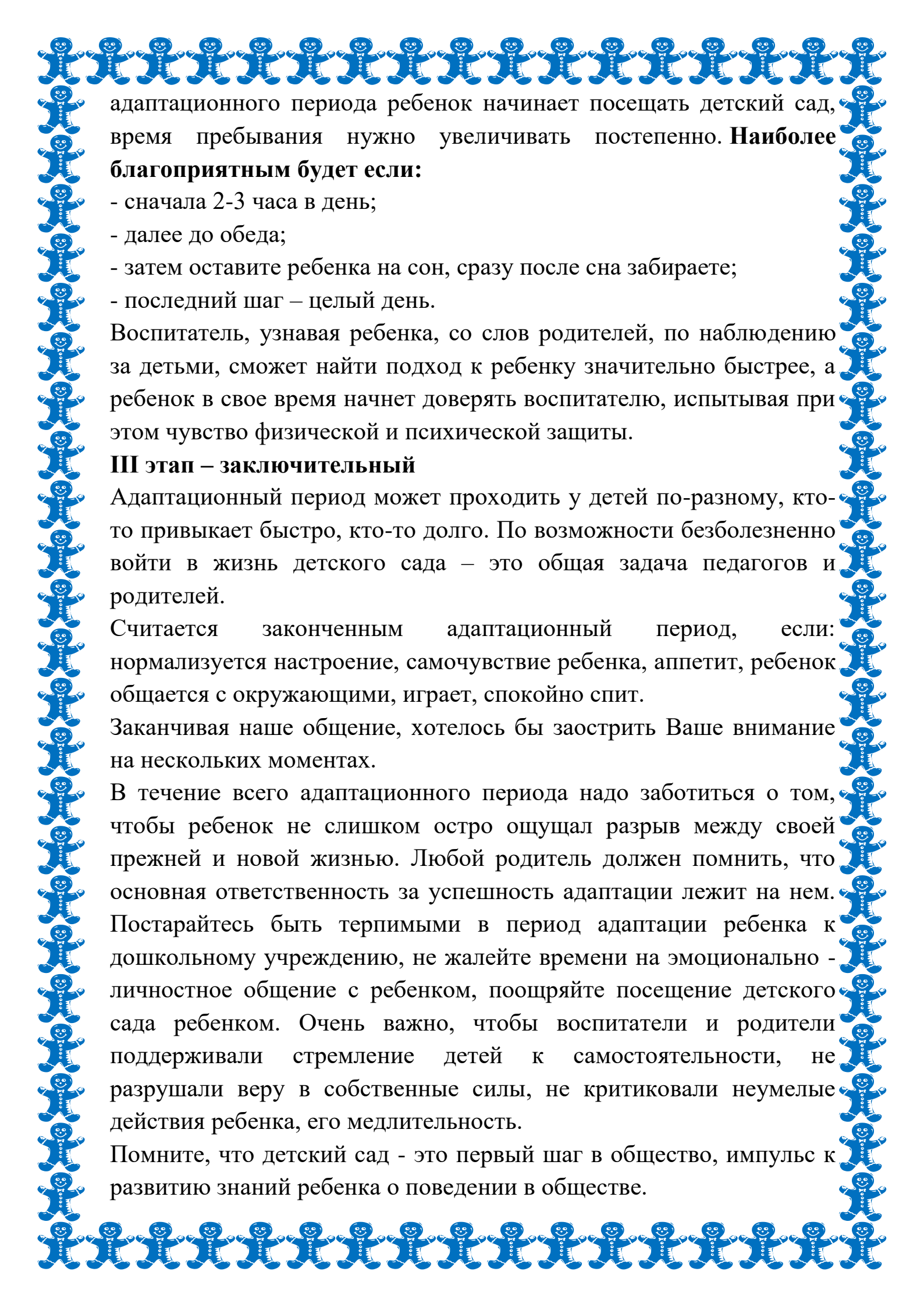
стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям.

Как же надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад?

1. Не нервничать и не показывать свою тревогу к поступления ребенка в детский сад.
2. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
3. Соблюдать дома режим дня детского сада.
4. Повысить роль закаливающих мероприятий.
5. По возможности отдать ребенка в группу детского сада, где у него есть знакомые ровесники.
6. Настроить малыша как можно положительно к его поступлению в детсад.
7. Учить навыкам общения с детьми и взрослыми. Ходите с ребенком в гости и приглашайте гостей к себе, учите ребенка общаться, вместе играть, показывайте, как это надо делать.
8. Гулять с ребенком на детской площадке, познакомить с территорией детского сада.
9. Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
10. Не угрожать ребенку детским садом как наказанием, а также за непослушание.
11. Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что он уже большой.
12. Планировать свой отпуск на время адаптации ребенка к дошкольному учреждению.
13. Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
14. Старайтесь первое время одевать его в знакомую одежду, дать с собой в садик любимую игрушку.

II этап – основной

Задача данного этапа - создание положительного образа воспитателя, вхождение в детский сад. Во время основного



адаптационного периода ребенок начинает посещать детский сад, время пребывания нужно увеличивать постепенно. **Наиболее благоприятным будет если:**

- сначала 2-3 часа в день;
- далее до обеда;
- затем оставите ребенка на сон, сразу после сна забираете;
- последний шаг – целый день.

Воспитатель, узнавая ребенка, со слов родителей, по наблюдению за детьми, сможет найти подход к ребенку значительно быстрее, а ребенок в свое время начнет доверять воспитателю, испытывая при этом чувство физической и психической защиты.

III этап – заключительный

Адаптационный период может проходить у детей по-разному, кто-то привыкает быстро, кто-то долго. По возможности безболезненно войти в жизнь детского сада – это общая задача педагогов и родителей.

Считается законченным адаптационный период, если: нормализуется настроение, самочувствие ребенка, аппетит, ребенок общается с окружающими, играет, спокойно спит.

Заканчивая наше общение, хотелось бы заострить Ваше внимание на нескольких моментах.

В течение всего адаптационного периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и новой жизнью. Любой родитель должен помнить, что основная ответственность за успешность адаптации лежит на нем. Постарайтесь быть терпимыми в период адаптации ребенка к дошкольному учреждению, не жалеете времени на эмоционально - личностное общение с ребенком, поощряйте посещение детского сада ребенком. Очень важно, чтобы воспитатели и родители поддерживали стремление детей к самостоятельности, не разрушали веру в собственные силы, не критиковали неумелые действия ребенка, его медлительность.

Помните, что детский сад - это первый шаг в общество, импульс к развитию знаний ребенка о поведении в обществе.