

Консультация для родителей ДОУ по теме:

"Адаптация детей раннего возраста в детском саду".

Подготовила: старший воспитатель МБДОУ № 181 г. Ростова-на-Дону

Яковенко Оксана Алексеевна

Описание работы: Предлагаю вам ознакомиться с консультацией для родителей воспитанников ясельной группы (1.5-3 года). Работа включает в себя советы родителям по подготовке к первому посещению ДОУ, по успешной адаптации ребенка в детском саду.

Первый раз в детский сад.

Очевидно, что родителям очень сложно решиться отправить ребенка в ясельную группу в столь малом возрасте. Однако в этом нет ничего страшного, и как правило, дошкольники ясельной группы очень быстро адаптируются в детском саду, зачастую даже быстрее, чем более старшие дети.

Родителям очень хочется, чтобы малыши бежали в детский сад с удовольствием. Что для этого нужно? Во-первых, запастись терпением, во-вторых, набраться мудрости и в-третьих, очень любить свое чадо.

Чтобы адаптировать ребенка с наименьшим для него и вас стрессом, следует соблюсти несколько правил:

1.На семейном совете решите, кто будет заниматься адаптацией (приводить и забирать ребенка). Возьмите отпуск на работе или привлеките родственников, которые могут помочь.

2.Подготовьте ребенка к посещению ДОУ. Как это сделать? Поговорить с ребенком (а лучше ежедневно рассказывать сыну или дочери о том, что же такое детский сад, что его там ждут новые друзья и интересные занятия).

3.Перед поступлением в детский сад ребенка нужно отучить от памперсов. Постарайтесь приучить ребенка ходить в туалет по большому в одно и то же время (не с 11 до 13 часов - время прогулки в саду). По-маленькому малыша нужно научить ходить в туалет не тогда, когда уже "очень хочется", а заранее: перед выходом в детский сад, перед прогулкой, перед сном.

4. Максимально приблизьте меню вашего ребенка к детсадовскому, устраните "кусочничество" между едой. Попробуйте снизить калорийность употребляемой им пищи, что через некоторое время может привести к улучшению аппетита.

На заметку! О детях с проблемным аппетитом необходимо сообщить воспитателю и просить его быть мягким и терпеливым в этом вопросе. Проблемы с едой очень часто бывают причиной, из-за которой дети не хотят идти в детский сад.

5. В первый день вы и малыш приходите познакомиться с группой, воспитателем (необходимо записать номер телефона педагога и оставить ему ваш номер). Вы с ребенком осматриваете помещения, где он будет находиться с утра и до вечера. Желательно оставить ребенка на час-полтора (если малыш не плачет и не боится). Вы можете терпеливо ждать на улице. Если ребенку станет тоскливо - воспитатель свяжется с вами, и вы заберете малыша.

На заметку! Если в первый день ваш ребенок не плачет, играет, с интересом осматривает помещение, это не значит, что он адаптировался и готов остаться в саду на весь день. Первый день - не показатель для процесса адаптации.

6. Когда вы заберете ребенка, обсудите с ним происходящее. Напомните ему имя педагога. Спросите, что он видел в группе и чем занимался. На заметку! Каждый день говорите ребенку, что обязательно заберете его из детского сада. Для чего? До трех лет у детей сформирована привязанность к взрослому. Каждый раз, когда вы уходите, малыш думает, что вы ушли навсегда.

7. Каждый ребенок уникален. Следовательно, каждый малыш адаптируется по-своему. Один ребенок с радостью остается до вечера уже через неделю, а другому требуется больше месяца для этого.

На заметку! Процесс адаптации к саду включает в себя аспекты:

- 1) Поведение в детском саду, настроение в саду.
- 2) Поведение и настроение дома.

Если ребенок вдруг начал вести себя плохо дома, стал плакаливым, боязливым, а в саду малыш ведет и чувствует себя прекрасно - это процесс адаптации к детскому саду (возможно и наоборот: безупречное поведение дома и истерики в саду). Дома ребенок может вести себя абсолютно по-разному: от отказа от еды и до бессонницы. Так ребенок пытается справиться с «навалившимся» на него стрессом.

8. В среднем, ребенок адаптируется к саду за один месяц. Этот срок может варьироваться, от одного до двух месяцев. Помните, что каждый длительный перерыв (отпуск, больничный и т.п.) в посещении детского сада возобновит адаптацию.

9. Будьте на стороне ребенка, думайте о нем, о его переживаниях. Не стремитесь сразу оставить его подольше, считая, что так он «быстрее

привыкнет» или лучше адаптируется. Наоборот, малыш сильно испугается вашего отсутствия и, таким образом, его психике будет нанесена травма.

10. Постепенно увеличивайте время пребывания ребенка в саду (прибавляя один-три часа ежедневно).

11. Ребенок не раз заболеет во время привыкания к новой обстановке. Это абсолютно нормально, ведь в группе много детей, и каждый из них может быть потенциальным носителем вируса. Постепенно иммунитет малыша укрепится, и он не будет так восприимчив к инфекциям. При первых симптомах болезни следует посетить врача! Один ребенок может начать целую эпидемию в группе, будьте внимательны к здоровью детей!

Что необходимо принести в детский сад:

- 1) Сменное белье (на первое время лучше иметь в кабинке 5-8 шт.);
- 2) Сменная обувь (сандалии);
- 3) Сменная одежда (3-4 комплекта);
- 4) Носовые платочки (можно сухие платочки);
- 5) Влажные салфетки (большая упаковка);
- 6) Целлофановые мешочки (одна упаковка) для грязного нижнего белья и одежды;
- 7) Пижама или майка для сна;

Любите своего ребенка, интересуйтесь его жизнью в детском саду и подбадривайте за маленькие победы. В таком случае, процесс адаптации пройдет гладко.

Мудрые советы родителям

Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой.

Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

2. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться» слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня. Если ребенку требуется

«отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

3. Не кормите малыша перед тем, как пойти в детский сад; более того, старайтесь приблизить питание ребёнка в выходные дни к рациону дошкольного учреждения.

4. Не отучайте ребенка от «дурных» привычек (например, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему малыша. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.

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. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

6. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите кроху, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

7. Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую). Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке – заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.