

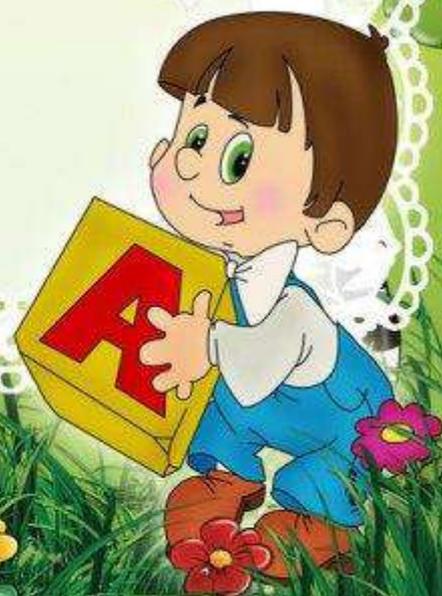
Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение «Детский сад №266»  
(МАДОУ «Детский сад №266»)

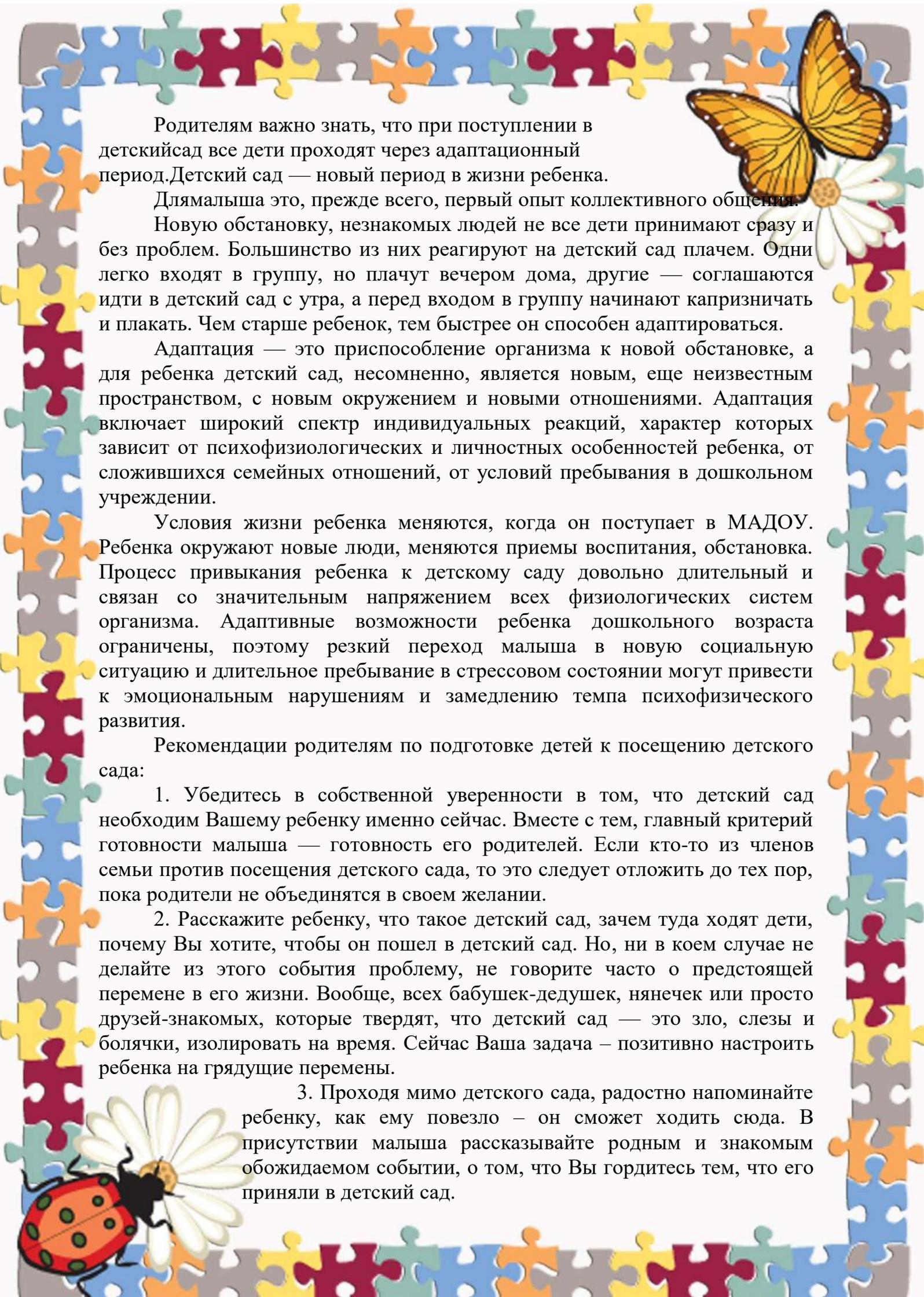
Консультация

*«Адаптация ребенка к детскому саду без слез»*

Составила:  
Филина Алена Александровна  
педагог-психолог

Барнаул 2024





Родителям важно знать, что при поступлении в детский сад все дети проходят через адаптационный период. Детский сад — новый период в жизни ребенка.

Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения.

Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие — соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Адаптация — это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Условия жизни ребенка меняются, когда он поступает в МАДОУ. Ребенка окружают новые люди, меняются приемы воспитания, обстановка. Процесс привыкания ребенка к детскому саду довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем организма. Адаптивные возможности ребенка дошкольного возраста ограничены, поэтому резкий переход малыша в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям и замедлению темпа психофизического развития.

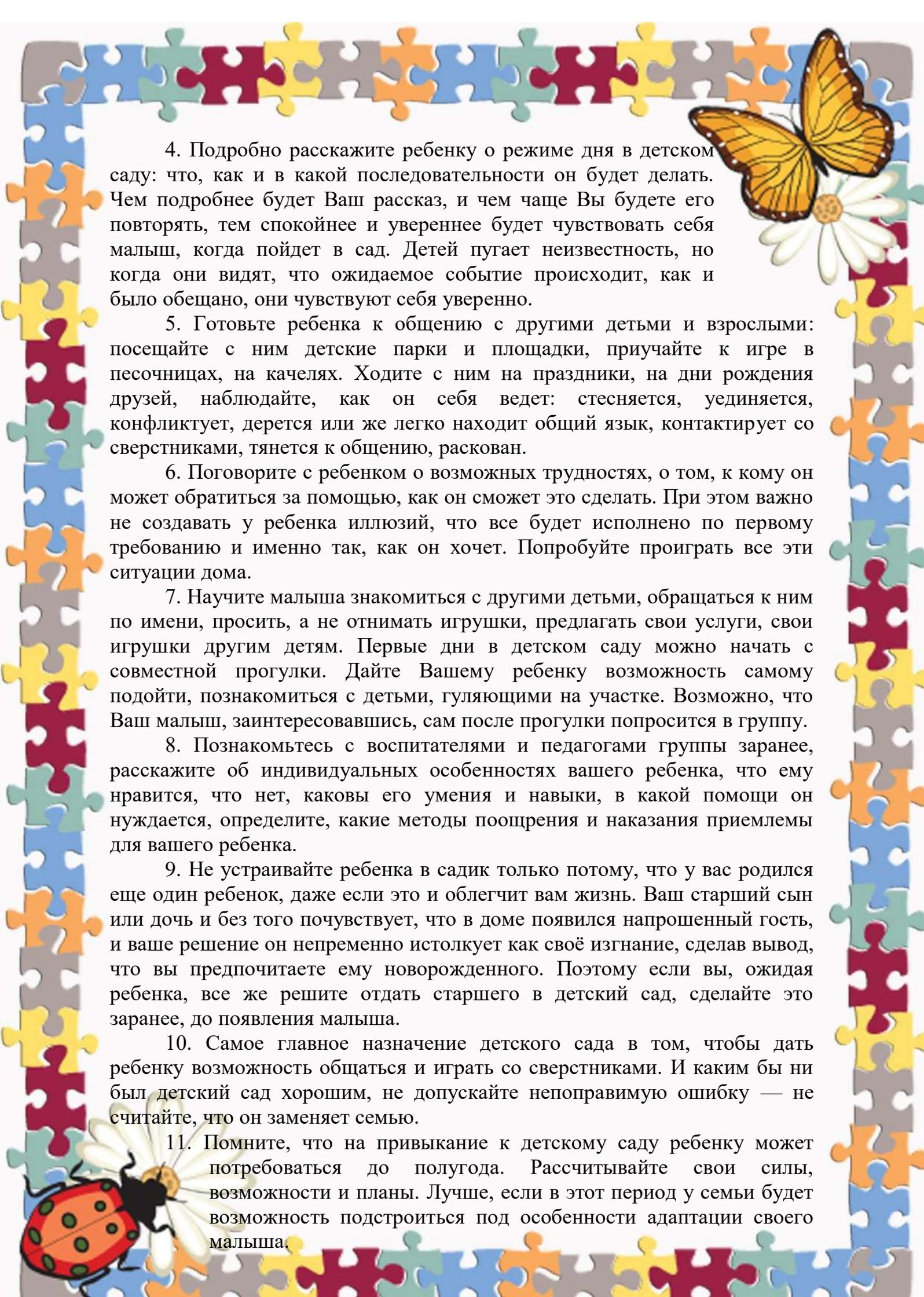
Рекомендации родителям по подготовке детей к посещению детского сада:

1. Убедитесь в собственной уверенности в том, что детский сад необходим Вашему ребенку именно сейчас. Вместе с тем, главный критерий готовности малыша — готовность его родителей. Если кто-то из членов семьи против посещения детского сада, то это следует отложить до тех пор, пока родители не объединятся в своем желании.

2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы он пошел в детский сад. Но, ни в коем случае не делайте из этого события проблему, не говорите часто о предстоящей перемене в его жизни. Вообще, всех бабушек-дедушек, нянечек или просто друзей-знакомых, которые твердят, что детский сад — это зло, слезы и болячки, изолировать на время. Сейчас Ваша задача — позитивно настроить ребенка на грядущие перемены.

3. Проходя мимо детского сада, радостно напоминайте ребенку, как ему повезло — он сможет ходить сюда. В присутствии малыша рассказывайте родным и знакомым обожаемом событии, о том, что Вы гордитесь тем, что его приняли в детский сад.





4. Подробно расскажите ребенку о режиме дня в детском саду: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет Ваш рассказ, и чем чаще Вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя малыш, когда пойдет в сад. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, они чувствуют себя уверенно.

5. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

6. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, о том, к кому он может обратиться за помощью, как он сможет это сделать. При этом важно не создавать у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и именно так, как он хочет. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома.

7. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои услуги, свои игрушки другим детям. Первые дни в детском саду можно начать с совместной прогулки. Дайте Вашему ребенку возможность самому подойти, познакомиться с детьми, гуляющими на участке. Возможно, что Ваш малыш, заинтересовавшись, сам после прогулки попросится в группу.

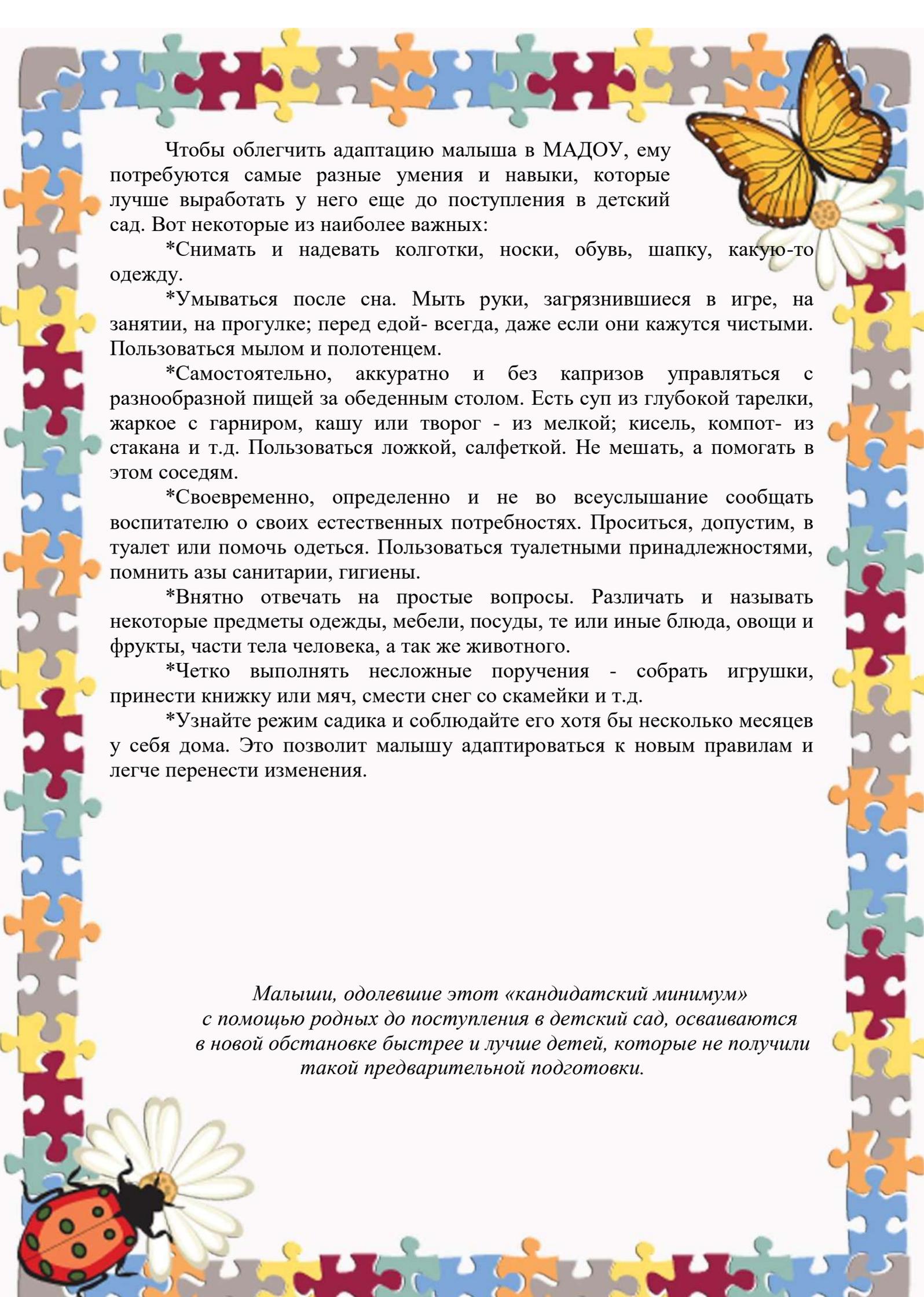
8. Познакомьтесь с воспитателями и педагогами группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

9. Не устраивайте ребенка в садик только потому, что у вас родился еще один ребенок, даже если это и облегчит вам жизнь. Ваш старший сын или дочь и без того почувствует, что в доме появился непрошенный гость, и ваше решение он непременно истолкует как своё изгнание, сделав вывод, что вы предпочитаете ему новорожденного. Поэтому если вы, ожидая ребенка, все же решите отдать старшего в детский сад, сделайте это заранее, до появления малыша.

10. Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать ребенку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский сад хорошим, не допускайте непоправимую ошибку — не считайте, что он заменяет семью.



11. Помните, что на привыкание к детскому саду ребенку может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если в этот период у семьи будет возможность подстроиться под особенности адаптации своего малыша.



Чтобы облегчить адаптацию малыша в МАДОУ, ему потребуются самые разные умения и навыки, которые лучше выработать у него еще до поступления в детский сад. Вот некоторые из наиболее важных:

\*Снимать и надевать колготки, носки, обувь, шапку, какую-то одежду.

\*Умываться после сна. Мыть руки, загрязнившиеся в игре, на занятии, на прогулке; перед едой - всегда, даже если они кажутся чистыми. Пользоваться мылом и полотенцем.

\*Самостоятельно, аккуратно и без капризов управляться с разнообразной пищей за обеденным столом. Есть суп из глубокой тарелки, жаркое с гарниром, кашу или творог - из мелкой; кисель, компот - из стакана и т.д. Пользоваться ложкой, салфеткой. Не мешать, а помогать в этом соседям.

\*Своевременно, определенно и не во всеуслышание сообщать воспитателю о своих естественных потребностях. Проситься, допустим, в туалет или помочь одеться. Пользоваться туалетными принадлежностями, помнить азы санитарии, гигиены.

\*Внятно отвечать на простые вопросы. Различать и называть некоторые предметы одежды, мебели, посуды, те или иные блюда, овощи и фрукты, части тела человека, а так же животного.

\*Четко выполнять несложные поручения - собрать игрушки, принести книжку или мяч, снести снег со скамейки и т.д.

\*Узнайте режим садика и соблюдайте его хотя бы несколько месяцев у себя дома. Это позволит малышу адаптироваться к новым правилам и легче перенести изменения.

*Малыши, одолевшие этот «кандидатский минимум» с помощью родных до поступления в детский сад, осваиваются в новой обстановке быстрее и лучше детей, которые не получили такой предварительной подготовки.*