

**В детский сад с радостью.**  
**Адаптация ребенка к ДОУ.**



Какое счастье! Ваш малыш подрос!

И многое уже умеет сам: Играет, ходит, говорит и размышляет.

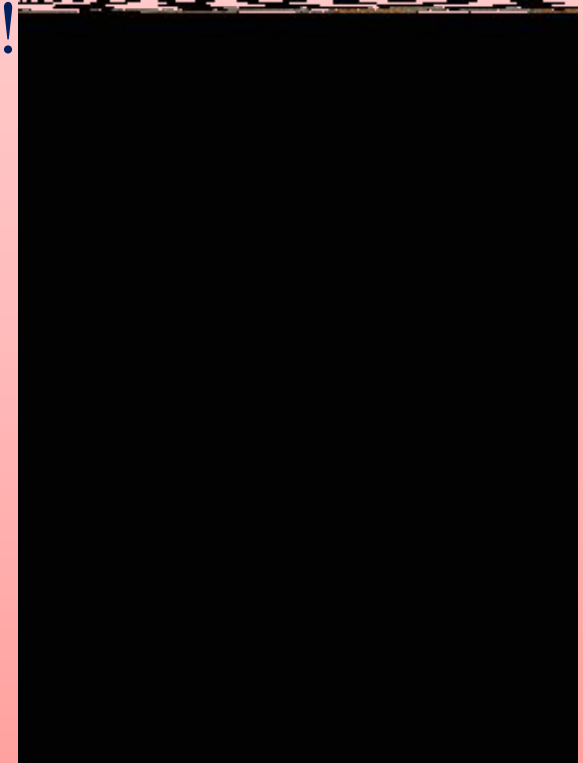
Тревожно маме, папе, всей семье, Переживает даже серый кот-

Малыш сегодня в детский сад идет! Вздыхает мама, как он там один?

Не плачет ли? Как кушает? Что с ним? Не хочет больше в сад, но почему?

И что это все значит? Что делать? Как же все исправить?

Всех адаптация  
переживать заставит!



**Детский сад** - новый период в жизни ребенка. Новая обстановка, незнакомые люди 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.

Общеизвестно, степень адаптации ребенка к детскому саду определяет его психическое и физическое здоровье.

Резкое предъявление нового помещения, новых игрушек, новых людей, новых правил жизни – это и эмоциональный, и информационный стресс.



Итак, ваши детки перешли во вторую младшую группу.

- У нас с Вами теперь одна общая цель: сделать их пребывание здесь комфортным, безопасным, интересным, увлекательным, познавательным и т.д.
- Освоение навыков самообслуживания приобретает важнейшее значение для ребенка 3-х лет. В этот период он заявляет себя как личность, стремится стать независимым, все хочет делать сам. Только освоив навыки самообслуживания, малыш почувствует свою самостоятельность.
- Самостоятельность – это ценное качество, необходимое человеку в жизни, воспитывать его необходимо с раннего детства. Очень часто дети стремятся выполнять различные действия самостоятельно. И нам, взрослым, важно поддержать их в этом. Часто, по разным причинам – из-за отсутствия времени, неуверенности в силах ребенка – мы стремимся сделать все за него сами.



Но действительно ли мы оказываем ребенку помощь?

Как вы считаете? Может ли маленький ребенок быть самостоятельным? Стремясь сделать все за ребенка, взрослый причиняет ему большой вред, лишает его самостоятельности. Уже к трем годам у ребенка резко возрастает стремление к самостоятельности. У него появляется устойчивое желание самоутвердиться. Подавлять эти порывы детей ни в коем случае нельзя, это может привести к негативизму, упрямству, может наблюдаться строптивость, своеволие. То есть, не просто непослушание, а стремление сделать все наоборот, ребенок начинает отрицать все, что он делал раньше, ребенок все хочет делать сам, отказываясь от помощи взрослого и добиваться самостоятельности даже в том, что еще мало умеет. Таким образом, подавление детской самостоятельности способно оказать серьезное негативное влияние на развитие личности ребенка.

**Адаптация-** это приспособление или привыкание организма к новым условиям.

## **Степени адаптации**

легкая

средняя

тяжелая



## **Легкая адаптация.**

Поначалу ребенок капризничает, плачет. Обычно через 2-3 недели он будет оставаться в детском саду без проблем. Сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней.



## **Средняя адаптация.**

В течение этого периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность и беспокойность сна. Этот период длится – 20-40 дней.





## Тяжелая адаптация.

Длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок может болеть, терять в весе, проявляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца. Возникает стойкий энурез.



## Чего боится мама?

- Расставание по утрам, истерик;
- Плохой аппетит у малыша;
- Частые болезни;
- Недостаточная сформированность навыков самообслуживания;
- Наличие капризов, упрямство, агрессии;
- Наличие у ребенка вредных привычек;
- Плохая речь у ребенка.



# Как же помочь ребенку быстрее адаптироваться?

**Начнем с самых простых способов.**

*Научить.*

**Чем больше ребенок будет уметь делать сам, тем легче ему будет в садике.**

**Хорошо, если он умеет сам пить из чашки и есть ложкой** - не будет сидеть за столом, ждать, когда его накормят и нервничать, или откажется совсем есть в садике, потому, что воспитатели не умеют кормить, да еще и развлекать, так как мама. Ребенок будет сытым и спокойным, а не голодным и капризным.





**Сам одевается и раздевается** - не будет ждать своей очереди, чтобы его одели на прогулку или раздели после нее - не перегреется.

**Сам пользуется унитазом, садится на горшок или хотя бы просится на него** - не будет ходить в мокрых штанах или намеренно задерживать стул.

**Чем лучше ребенок разговаривает** - тем легче ему общаться с детьми и воспитателями - выражать свои желания.





## Рекомендации родителям:

- Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми - ребенок может отказываться от «детсадовской» еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным. Естественные чувства любой матери – жалость, сострадание и, возможно, даже чувство вины за причиненные страдания.
- Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Через это надо пройти, если вам действительно нужен садик, а иначе не стоит начинать! Уходя – уходите. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь. Ребенок это чувствует.
- Постарайтесь приблизить свой домашний режим к садовскому и соблюдать его.

- Рекомендуем отводить ребенка в садик тому из родителей, к кому ребенок привязан меньше, расстаться будет с ним ребенку легче. Кроме этого, рекомендуется не затягивать процедуру прощания.
- Не позволяйте ребенку манипулировать Вами и вынуждать Вас из-за слез и капризов забирать его домой. Ваше спокойствие, доброжелательное отношение поможет ребенку обрести спокойствие.
- Не обещайте подарков и сладостей за то, что он остается в детском саду.
- Вечером дома устройте небольшой семейный праздник, например, совместное чаепитие, во время которого Вы можете похвалить ребенка за проведенный день в группе при всех участниках этого маленького праздника. Скорее всего, подобная доброжелательная обстановка поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время прощания с Вами.

- Помимо режима, в подготовке помогут следующие мероприятия. Почитайте малышу сказку о том, как мишка или лошадка отправились в детский сад, что там происходило, как там интересно, что они там кушали, как за ними возвращались (а не забирали) их мамы – медведицы и мамы – лошадки. Какими они (малыши) стали взрослыми, умными, как много игрушек, друзей, праздников, словом – сплошной позитив.
- Поиграйте в детский сад в разных ролях: пусть малыш будет или воспитанником, или воспитателем, или поваром, или доктором (а вы или зайка – детьми).
- Заранее подготовьте детский гардероб, посоветуйтесь с нами и родителями других детей.
- Убедитесь, что в распоряжении воспитателей есть список всех ваших телефонов на случай, если вы срочно понадобится.
- Если ваш малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство, обязательно поставьте персонал садика в известность и убедитесь, что эта информация правильно и четко записана.

## Напутствие.

**Мудрые папы и мамы!**

**Период адаптации не самый легкий в Вашей жизни и жизни вашего малыша. Вы наверняка будете волноваться, а он наверняка будет скучать по маме.**

**Со временем все наладится. Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!**







**И в заключении хочется пожелать Вам  
удачи!  
Спасибо за внимание!**