

**Муниципальное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад №14 города Крымска  
муниципального образования Крымский район**

# **Адаптация ребенка к условиям детского сада (рекомендации для родителей)**

«доброта» и ее роль в жизни

Воспитатель средней группы Голдина А.Ю.



2014 г.

# Адаптация

*Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.*

*В привычную, сложившуюся жизнь ребенка буквально врываются следующие изменения:*

- четкий режим дня;*
- отсутствие родных рядом;*
- постоянный контакт со сверстниками;*
- необходимость слушаться и подчиняться незнакомому до этого человеку;*
- резкое уменьшение персонального внимания.*



# Причины тяжелой адаптации к условиям дошкольного учреждения

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

## Ошибки родителей, которые затрудняют адаптацию ребенка



**Чего нельзя делать ни в коем случае:**

- **Нельзя наказывать** или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держаться слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
- **Нельзя пугать** детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

# Ошибки родителей, которые затрудняют адаптацию ребенка

**Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.** Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.



**Нельзя обманывать** ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

# Как подготовить ребенка к поступлению в детский сад?

Детям, имеющим навыки самостоятельности. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме),

- ❖ «горшечный» этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, что бы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.

За месяц до посещения сада родители должны начать приводить домашний режим ребенка в садовский, какой его ждет в детском саду.



- ❖ Для того, что бы легко встават утром, лучше лечь не позже 20.30.
- ❖ Детям чей рацион приближен к садовскому: если ребенок видит более или менее привычную пищу, он быстрее начинает кушать в саду, а еда и питье залог более уравновешенного состояния. Основа рациона составляют: каши, творожные запеканки и омлет, различные котлеты ( мясные, куриные, рыбные), тушеные овощи и супы.

# Как успешно пройти период адаптации ребенка к детскому саду.



Прежде всего вы сами должны быть психологически готовы к расставанию, успокойтесь и не нервничайте.

- Привести домашний режим в соответствие с режимом дня группы детского сада, в которую будет ходить ребенок.

Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.

- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.

# Как успешно пройти период адаптации ребенка к детскому саду.



- Расширьте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.
- Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
- В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем. В детский сад можно брать с собой любимую игрушку.
- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены от 1,5- 2 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца приводить малыша на целый день.



# Правила поведения взрослых в период адаптации

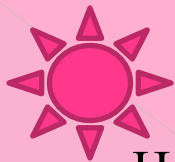
- ⦿ В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
- ⦿ Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу.
- ⦿ В выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка.
- ⦿ Постоянно обращайтесь внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
- ⦿ Не отучайте от вредных привычек в период адаптации.
- ⦿ Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

# Правила поведения взрослых в период адаптации

- ❖ Одевайте ребенка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе.
- ❖ Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
- ❖ Будьте терпимее к капризам.
- ❖ Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте вовремя.
- ❖ Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть вызвано просто плохим настроением.

# Маленькие советы родителям





Проснувшись утром, говорите малышу: "Доброе утро!" И не ждите ответа. Начните день с улыбки, бодро, а не с замечаний и ссор.

Не расставайтесь с ребёнком в ссоре. Сначала помиритесь с ним, а потом идите по своим делам.




Когда Вы ругаете ребёнка, не употребляйте выражений "Ты всегда...", "Ты вообще..." Ваш ребёнок вообще и всегда хороший, он лишь сегодня сделал что-то не так. Об этом и нужно говорить.

В спорах с ребёнком иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим Вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.





Как бы Вы ни устали, постарайтесь поменьше жаловаться детям. Жалуясь, Вы учите их жаловаться, а не жалеть




 Помните, у маленьких детей ещё не развито чувство юмора. Вы пошутили, а ребёнок обиделся. Чувство юмора придёт со временем.




Мы не хозяева жизни своих детей, мы не можем знать их судьбы. Мы даже не можем до конца знать, что хорошо, а что плохо для их будущего. Поэтому будьте осторожны во всех решениях, которые могут повлиять на жизненный путь ребёнка. 

Бывает так: папа утром уходит - сын ещё спит, приходит - сын уже спит. А в воскресенье - на рыбалку. Но хотя бы после рыбалки спросите сына: "Как дела?" 

Когда папа приходит домой раньше мамы, он может предложить детям: "Давайте наведём в доме порядок. Мама придёт и удивится: "Кто это всё убрал?" А мы скажем: "Не знаем, наверное, это гномики". 

Старайтесь, чтобы ребёнок был привязан к дому, к тем стенам, в которых живёт семья. Возвращаясь домой, не забывайте сказать: "А всё-таки, как хорошо у нас дома!"

Никогда не попрекайте ребёнка ни возрастом: "Ты уже большой...", "А ещё мальчик...». 

# Правила общения с ребёнком



## ***В ЛЕКСИКЕ ПО ВОЗМОЖНОСТИ ИЗБЕГАЙТЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ:***

Всех частиц не- ; приказных фраз; повелительного наклонения; глаголов "должен", "обязан", "нужно"; местоимений я, ты.

### **НЕ НАДО:**

вставать на сторону людей, обвиняющих Вашего ребенка публично (лучше без посторонних, спокойно, с глубоким пониманием ребенка обсудить возникшую проблему и помочь ее решить); хвалить в присутствии ребенка других и ставить кого-либо в пример.

### **ПОМНИТЕ:**

Телевизор, видео – не нянька, т.е. нужно вместе с Вашим ребенком смотреть передачи, это способствует снятию напряжения, волнения, восстанавливает и улучшает эмоциональный контакт с ребёнком, дает возможность скорректировать восприятие услышанного.

От Вас ребенку необходимо как можно больше тактильных контактов: обнять, погладить, приласкать.

**ТЕРПЕНИЕ,  
ТЕРПИМОСТЬ и  
всегда – ЛЮБОВЬ!!!**



# Правила общения с ребёнком



## **СТАРАЙТЕСЬ:**

Не говорить с иронией и насмешкой; не делать постоянных замечаний, особенно мелочных;

не ругаться и не кричать на ребенка; не давать ребенку чувствовать себя плохим;

всегда быть с ребенком вежливым, теплым; не торопить и не подгонять ребенка;

как можно чаще высказывать одобрение, похвалу, эмоциональное приятие вашего ребенка, и не за что-то, а только потому, что это ваш ребенок, несмотря на все проблемы; как можно чаще подтверждать, демонстрировать свою любовь к нему: ведь это ВАШ ребенок;

не говорить ребенку, что вы его не любите или обиделись на него;

**ТЕРПЕНИЕ,  
ТЕРПИМОСТЬ  
и всегда –  
ЛЮБОВЬ!!!**



# Уважаемые родители!



Адаптация ребенка в детском саду – это адаптация в первую очередь семьи.

Прислушайтесь к советам работников детского сада, охраняйте нервную систему ребенка, окружайте его любовью. Только при таких условиях адаптация ребенка пройдет быстрее и легче.



# Литература

1. Баданина Л. Организация адаптации родителей к детскому саду //Дошкольное воспитание 2007г. - №5
2. Заводчикова О.Г. Адаптация ребенка в детском саду \_ М.: Просвещение, 2007г.
3. Теплюн С. А. «Улыбка малыша в период адаптации и дошкольное воспитание – 2006г. -№4.
4. Белкина А.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ.