

**Беседа с родителями:**

**«Что надо знать родителям об адаптации детей в детском саду»**

**Подготовил воспитатель:**

**Кошкина Ю.В**

## **Тема:** Что надо знать родителям об адаптации детей в детском саду

**Цель:** повысить уровень психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах адаптации ребенка к условиям детского сада.

В условиях детского сада адаптацию следует рассматривать как погружение ребенка в новую среду и преодоление проблем, которые связаны с его приспособлением к новым условиям.

Период адаптации является сложным не только для детей, но и для взрослых: родителей, педагогов. Каждому, кто связан с дошкольной образовательной организацией.

Чтобы адаптация проходила успешно, взрослым нужно в первую очередь формировать позитивное отношение к детскому саду. Положительное отношение к нему, немало зависит и от профессионального мастерства педагогов, атмосферы тепла, доброты, внимания.

Достигнутый уровень умственного и физического развития, состояние здоровья, формирование навыков самообслуживания, коммуникативное общение с взрослыми и сверстниками, личные характеристики ребенка, а также уровень тревоги и личной характеристики родителей влияют на процесс адаптации ребенка.

Когда ребенок переходит от привычной домашней обстановки к условиям чуждого ему детского сада, жизнь как взрослых, так и детей значительно меняется. Семье потребуется некоторое время, чтобы адаптироваться к новым жизненным обстоятельствам. Важнейшим компонентом адаптации является примирение самооценки и требований ребенка с его способностями и реальностью социальной среды.

В отношении продолжительности обычно существует четыре варианта адаптации:

- Легкая адаптация - требуется около месяца, чтобы семья адаптировалась к новым условиям.
- Адаптация средней тяжести - семья адаптируется через два месяца.
- Тяжелая адаптация - это занимает три месяца.
- Очень тяжелая адаптация - около шести месяцев и более. Возникает вопрос: стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, что условия детского сада не подходят ему в принципе.

Рассмотрим каждый вариант более подробно.

Легкая адаптация, это когда ребенок спокойно входит в кабинет, однако тщательно изучает, прежде чем останавливает свое внимание на чем-то. Ребенок вступает в контакт по собственной инициативе, может обратиться за помощью. Он знает, как занять себя, использует вещи-заменители в игре, например, кормит куклу, способен долго удерживать внимание на одной

игрушке, его речь хорошо развита, настроение энергичное или спокойное, эмоции легко контролируемы. Ребенок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на наблюдение и замечания, исправляя свое поведение после них. Он знает, как играть рядом с другими детьми, он дружит с ними.

Адаптация средней тяжести. Ребенок входит в контакт, наблюдает за притягательными действиями психолога или с помощью телесных ощущений. Напряжение в первые минуты постепенно уменьшается, ребенок может вступать в контакт по собственной инициативе, может разворачивать игровые действия. Речь может быть разработана как в рамках возрастной нормы, так и ниже или выше нее. Замечания и поощрение адекватно воспринимаются, могут нарушать установленные правила и нормы поведения (социальные эксперименты).

Тяжелая адаптация. Контакт с ребенком может быть установлен только через родителей. Ребенок переходит от одной игрушки к другой, не останавливаясь ни на чем, не может разворачивать игровые действия, выглядит встревоженно. О развитии речи можно узнать только со слов родителей. Замечание или похвала оставляет ребенка равнодушным, или он испугается и бежит за поддержкой к своим родителям.

Очень тяжелая адаптация. С ребенком во время первой встречи не удается установить контакт. Часто родители авторитарны, вступают в соревнование со специалистами, демонстрируют свою превосходную компетентность по всем вопросам. Иногда родители образуют пару, например, авторитарного мужа - зависимую жену или авторитарную бабушку ребенка - зависимую мать.

Мы с вами разобрались, что такое адаптация и ознакомились с ее видами. Адаптация бывает легкая, быстрая и почти безболезненная, а иногда - тяжелая, максимально выраженная. Поэтому, отдавая ребенка в сад` вы должны в первую очередь подготовить к этому себя. На фоне стресса ребенок может стать более плаксивым, капризным, чаще болеть, иногда даже бывают невротические проявления. Поэтому хотелось бы озвучить некоторые рекомендации для родителей:

- не срываться на ребенке - не ругать за слезы и капризы. Ни в коем случае не шантажировать ребенка «Будешь плакать, не приду за тобой», но при этом, если ребенок пытается манипулировать вами при помощи слез, не поддавайтесь.

- старайтесь посещать детский сад регулярно, без необоснованных пропусков. Если вы будете ходить в сад нерегулярно, это приведет только к более сложной и болезненной адаптации.

- пытаться соблюдать единые требования дома и в саду, это касается гигиенических процедур, режима дня, самообслуживания.

- интересоваться чем ребенок занимался сегодня в саду. Хвалить, показывая

ему, что ему дает детский сад, как много нового он узнает там.

- если ребенок сильно переживает о том, когда придет его мама, обязательно проговорить с ним точное время: «ты поспишь, покушаешь и я сразу приду».

- приводить ребенка в сад нужно только здоровым.

Также, ребенку самому будет легче, если он уже будет уметь:

- сам кушать, одеваться, раздеваться.

- самостоятельно, убирать за собой игрушки, самостоятельно ходить в туалет (или проситься, выражать свои мысли чувства и желания вербально).

- ребенок должен уметь ждать, уступать, делиться игрушками` выполнять требования воспитателя.

Успешная адаптация создает внутренний комфорт, эмоциональное удовлетворение и внешнюю адекватность поведения.