|  |  |
| --- | --- |
| Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  ***«Центр развития ребёнка - детский сад № 53 «Топтыжка»***  города Рубцовска Алтайского края  658204, г. Рубцовск, ул. Алтайская, 33  телефон: 5-11-87, 5-11-89,  [detsad-53-2011@mail.ru](mailto:detsad-53-2011@mail.ru)  **Консультация для родителей (законных представителей)**  **«Первый раз в детский сад»**  Разработала педагог – психолог:  Ямщикова Алена Андреевна  г.Рубцовск  2023 год  **Консультация для родителей (законных представителей)**  **«Первый раз в детский сад»**  **Цель:** Ознакомление родителей (законных представителей) с особенностями протекания адаптационного периода в детском саду.  При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети проходят через адаптационный период.  http://toptishka.caduk.ru/images/p44_adapt2.jpg**Адаптация –**это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.  Организм ребёнка постепенно приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.  В случае, если установленный в семье порядок почему-либо изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые. Недостаточно развиты у ребёнка адаптационные механизмы, в частности слабые тормозные процессы и относительно мала подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, при  правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т. е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей  проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:  -нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)  -нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)  -меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).  Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:  - повышение температуры тела  - изменения характера стула  - нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)  Поведения детей в первые дни пребывания  в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже. По всем этим признакам выделяются определённые группы, к которым принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении  в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребёнок, будет строиться работа с ним. Очень часто встречаются ситуации, когда ребёнка нельзя однозначно определить в ту или иную адаптационную группу. Т.е. модель его поведения находится не "стыке" двух групп, т. е. является пограничной.  Своеобразный переход из одной адаптационной группы в другую показывает динамику развития процесса привыкания ребёнка к условиям детского учреждения. Далее приведена таблица, в которой представлены 3 адаптационные группы, о которых говорилось выше.  Ниже приведена информация, следуя которой родители и воспитатели сделают адаптационный период более лёгким и безболезненным. Итак, что должны знать и уметь родители:  Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми,  детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.  Неформальное посещение детского сада. Т.е. прогулки по территории и сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть очень красочный и, несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.  Т.к каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).  В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3часов.  Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые для прогулок, игр. Это позволяет быстрее определить группу поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.  Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека. В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленное на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком и воспитателем в новой ситуации.  Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.  Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.  НЕОБХОДИМО:  1.До приёма выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (анкета).  2.   В первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.  3.Приблизить домашние условия к особенностям д/с: внести элементы режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслуживать и т.п.  Возвращаясь к вышеуказанной таблице, хочу заметить, что в зависимости от уровня навыков общения ребёнка, контакт, устанавливаемый с семьёй, должен быть дифференцирован, т.е.  в соответствии с группой адаптации ребёнка должны быть определены объём и содержание работы с семьёй. Так, по отношению к детям первой группы, нуждающимся в тесном контакте с близкими людьми, работа с семьёй должна быть более глубокой и объёмной, предусматривать тесный контакт членов семьи с воспитателями и психологом дошкольного учреждения.  Сразу хочу заметить, что не все  мгновенно увидят плоды своих трудов, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до2-3 месяцев. Особенно, если ребёнок заболел, в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления, ребёнку приходится привыкать заново. Но, хочу Вас заверить, что это не показатель. Не следует беспокоиться, глядя на ребёнка подруги, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Повторюсь, что все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход. Я думаю, что с Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй, опирающаяся на знания возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей ребёнка и необходимых условий воспитания ребёнка до поступления в детский сад, позволит решить проблему адаптации на должном уровне.  При лёгкой адаптации поведение детей раннего возраста нормализуется в течение месяца, у дошкольников – за 10 – 15 дней. Отмечается  незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней  объём съедаемой ребёнком пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается,  **3 адаптационные группы:**  1.Слёзы, плач (ребёнок не воспринимает просьб воспитателя), вспоминает о близких. Потребность в общении с близкими взрослыми, в ласке, заботе.  2.Неуравновешен., может заплакать, если рядом нет взрослого.  Наблюдение, подражание взрослым.    Потребность в общении со взрослым, в сотрудничестве с ним и получении  от него сведений об окружении.  3.Спокойное, уравновешенное. Занимается предметной деятельностью или сюжетно-ролевой игрой.     Сам обращается ко взрослым и детям. Потребность в общении со взрослым и в самостоятельных действиях.  **Не делайте ошибок!!!**  1. Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.  2. Нельзя пугать детским садом («Вот будешь плохо себя  вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.  3. Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.  4. Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу,  предстоит оставаться в садике на весь день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день.  Источник: Детский сад-семья: аспекты взаимодействия. Практическое пособие для методистов, воспитателей и родителей/Авт.-сост. Глебова С.В. – Воронеж, 2005. |  |