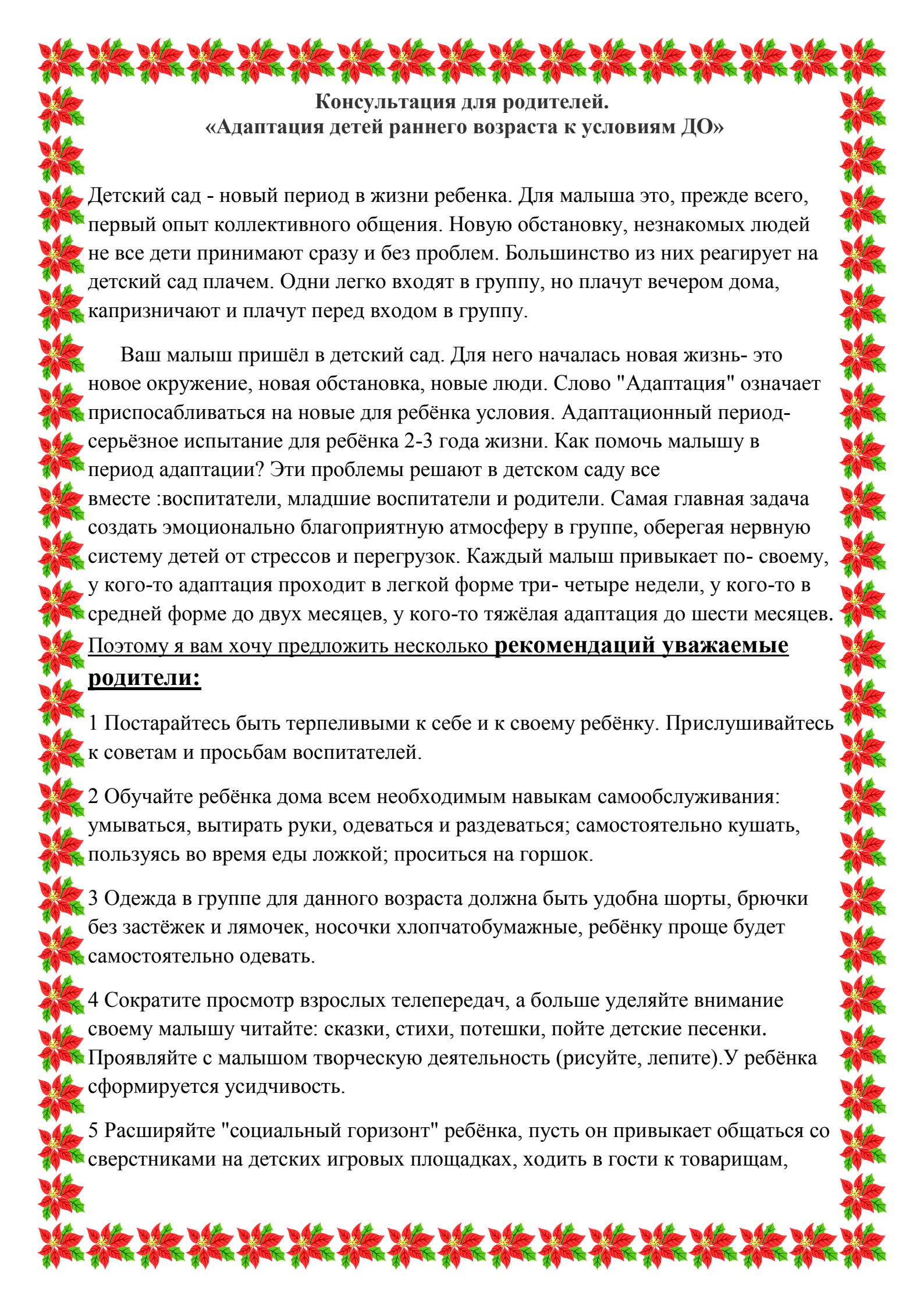




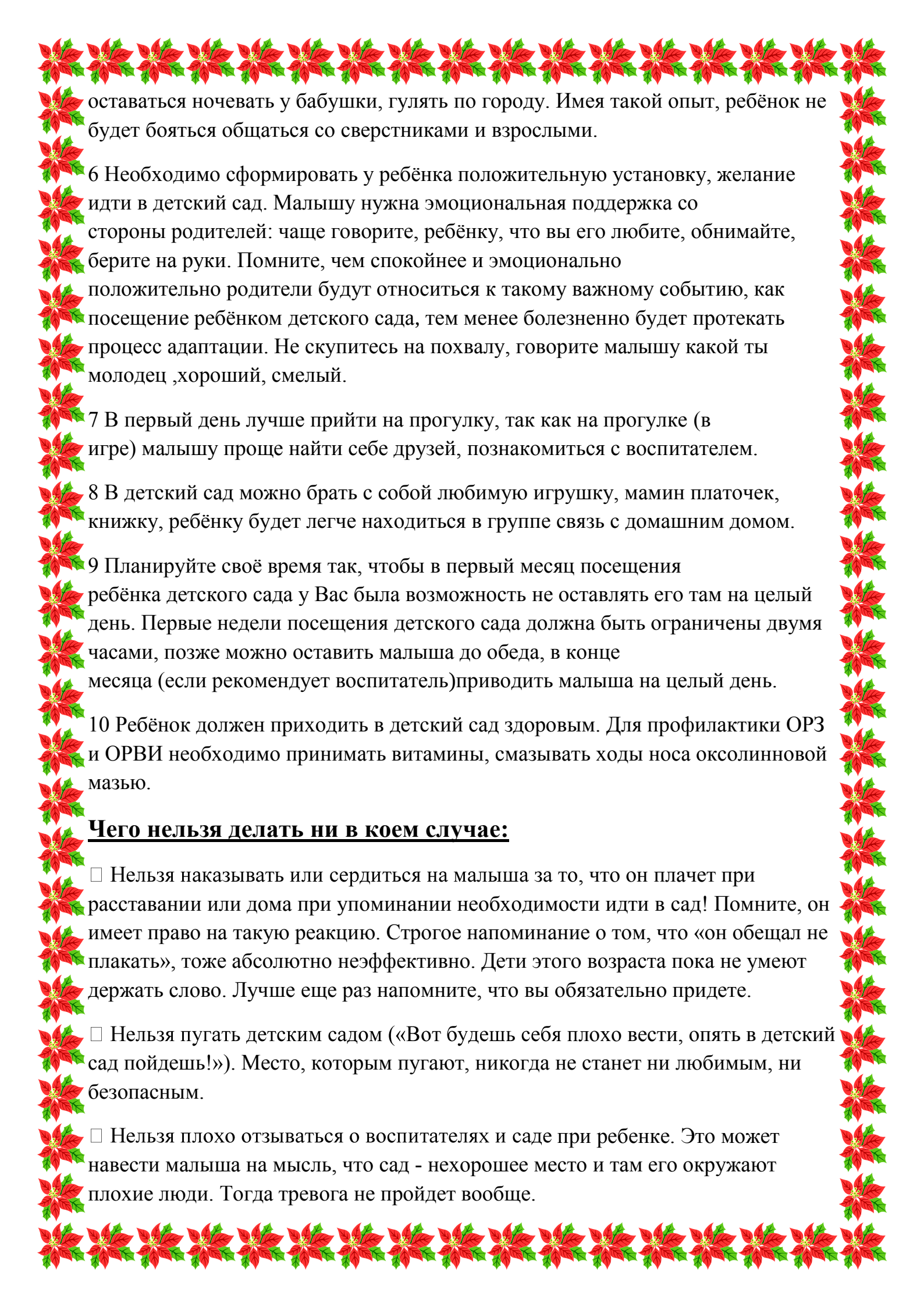
Консультация для родителей. «Адаптация детей раннего возраста к условиям ДО»

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 реагирует на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, капризничают и плачут перед входом в группу.

Ваш малыш пришёл в детский сад. Для него началась новая жизнь- это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Слово "Адаптация" означает приспособливаться на новые для ребёнка условия. Адаптационный период-серьёзное испытание для ребёнка 2-3 года жизни. Как помочь малышу в период адаптации? Эти проблемы решают в детском саду все вместе :воспитатели, младшие воспитатели и родители. Самая главная задача создать эмоционально благоприятную атмосферу в группе, оберегая нервную систему детей от стрессов и перегрузок. Каждый малыш привыкает по- своему, у кого-то адаптация проходит в легкой форме три- четыре недели, у кого-то в средней форме до двух месяцев, у кого-то тяжёлая адаптация до шести месяцев.

Поэтому я вам хочу предложить несколько **рекомендаций уважаемые родители:**

- 1 Постарайтесь быть терпеливыми к себе и к своему ребёнку. Прислушивайтесь к советам и просьбам воспитателей.
- 2 Обучайте ребёнка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки, одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок.
- 3 Одежда в группе для данного возраста должна быть удобна шорты, брючки без застёжек и лямок, носочки хлопчатобумажные, ребёнку проще будет самостоятельно одевать.
- 4 Сократите просмотр взрослых телепередач, а больше уделяйте внимание своему малышу читайте: сказки, стихи, потешки, пойте детские песенки. Проявляйте с малышом творческую деятельность (рисуйте, лепите). У ребёнка сформируется усидчивость.
- 5 Расширяйте "социальный горизонт" ребёнка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам,



оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу. Имея такой опыт, ребёнок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.

6 Необходимо сформировать у ребёнка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребёнку, что вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребёнком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Не скупитесь на похвалу, говорите малышу какой ты молодец ,хороший, смелый.

7 В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем.

8 В детский сад можно брать с собой любимую игрушку, мамин платочек, книжку, ребёнку будет легче находиться в группе связь с домашним домом.

9 Планируйте своё время так, чтобы в первый месяц посещения ребёнка детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должна быть ограничены двумя часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если рекомендует воспитатель)приводить малыша на целый день.

10 Ребёнок должен приходить в детский сад здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолинновой мазью.

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 неэффективно. Дети этого возраста пока не умеют держать 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.

□ Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там 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 нескоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Способы уменьшить стресс ребенка.

- Необходимо заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прием пищи), соответствующий режиму ДОУ.
- В первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше 2-х часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2-3 недель, учитывая желание малыша, можно оставлять на целый день.
- Каждый день необходимо спрашивать у ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как именно родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к ДОУ.
- Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром.
- В выходные дни придерживаться режима дня, принятого в ДОУ, повторять все виды деятельности.
- Желательно дать ребенку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад. Все это время надо рассказывать о садике, о том, как много интересного его ждет там.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проникательность. И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!