Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида № 44 «Грибочек» Муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым

Консультация для родителей

«Секрет быстрой адаптации ребенка к детскому саду»

Подготовила: воспитатель

Попова Т.Ю.

г. Симферополь

Консультация для родителей «Секрет быстрой адаптации ребенка к детскому саду»

В **возрасте 1–3 лет ребенок имеет ряд возрастных особенностей**. Этот период характеризуется обостренной чувствительностью к разлуке с матерью и страхом новизны. Поступление в **детский** сад часто вызывает у **ребенка стресс**. Это обусловлено тем, что в корне меняется не только режим дня, привычный с рождения, но и окружающая **ребенка среда**, появляется большое количество незнакомых людей. **Адаптационный** период – серьезное испытание для малышей **раннего возраста**: из знакомой семейной обстановки он попадает в новые для него условия, что неизбежно сопровождается изменением поведенческих реакций **ребенка**, расстройством сна, аппетита. Для всех детей период **адаптации индивидуален**. Он может иметь разную длительность. Значительно снизить напряженность периода **адаптации** Вам помогут знания об изменениях в поведении **ребенка в период адаптации**.

Вот распространенные изменения в поведении **ребенка в период адаптации**:

-В первые дни **ребенок** испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если малыш и улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул *(необычная игрушка, "одушевленная" взрослым, веселая игра)*. Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении **адаптационного периода**. А вот плакать при расставании кроха может еще долго, и это не говорит о том, что **адаптация идет плохо**. Если **ребенок** успокаивается в течение нескольких минут после ухода мамы, то все в порядке.

-В первые дни у **ребенка** снижается социальная активность. Даже общительные, оптимистичные дети становятся напряженными, замкнутыми, беспокойными, малообщительными.

-Нужно помнить, что малыши 1-3 лет играют не вместе, а рядом. У них еще не развита сюжетная игра, в которую включались бы несколько детей. Поэтому не стоит расстраиваться, если ваш **ребенок** пока не взаимодействует с другими малышами. О том, что **адаптация идет успешно**, можно судить по тому, что кроха все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам.

-Первое время познавательная активность может быть снижена или даже вовсе отсутствовать на фоне стрессовых реакций. Иногда **ребенок** не интересуется даже игрушками. Многим детям требуется посидеть в сторонке, чтобы сориентироваться в окружающей обстановке. В процессе успешной **адаптации** малыш постепенно начинает осваивать пространство группы, его "вылазки" к игрушкам станут более частыми и смелыми.

-Под влиянием новых внешних воздействий в первое время малыш может на короткое время "растерять" навыки самообслуживания *(умение пользоваться ложкой, носовым платком, горшком и т. д.)*.

Успешность **адаптации определяется тем**, что **ребенок не только** "вспоминает" забытое, но вы, с удивлением и радостью, отмечаете новые достижения, которым он научился в **саду**. В первое время у **ребенка** может быть пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей (непривычен и вид, и вкус, а также со стрессовыми реакциями — малышу просто не хочется есть. Хорошим признаком считается восстановление аппетита. Пусть малыш съедает не все, что есть на тарелке, но он начинает есть, и это уже хорошо!.

Во время **адаптационного** периода снижается сопротивляемость организма инфекциям, и **ребенок** может заболеть в первый месяц *(а то и раньше)* посещения садика. Конечно, многие мамы ждут, что негативные моменты поведения и реагирования малыша уйдут в первые же дни. И расстраиваются или даже сердятся, когда этого не происходит. Обычно **адаптация** проходит за 3-4 недели, но может растянуться на 3-4 месяца. Не торопите время, не все сразу!

Чем может помочь мама

-Каждая мама, видя, насколько **ребенку непросто**, желает помочь ему быстрее **адаптироваться**. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома бережную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

-В присутствии **ребенка** всегда отзывайтесь положительно о **детском саде**. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если **ребенку придется** ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш, и какие замечательные воспитатели там работают.

- НЕ меняйте режим дня даже в выходные дни Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять "отсыпаться" слишком долго, что суще. ственно может сдвинуть распорядок дня. Если **ребенку требуется** "отсыпаться", значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

-Не отучайте **ребенка от привычек**. Например от груди, если он еще грудной, от соски. Отложите эти неприятные для **ребенка моменты на потом**, когда он уже привыкнет к **детскому саду**.

-Чаще обимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

-И помните, **ребенок** должен привыкать к новому для него постепенно, поверить, что о нем заботятся, его любят, мама скоро за ним придет, привыкнуть к режиму **детского сада**, к воспитателям.