## Консультация для родителей младших групп на тему: *«Адаптация детей в детском саду»*

С чего начинается социализация маленького ребенка? В первую очередь с семьи. Но по- настоящему это происходит, когда малыш поступает в **детский сад**. Первая встреча ребенка с дошкольным образовательным учреждением – один из наиболее сложных и ответственных моментов, как в его жизни, так и в жизни **родителей и педагогов**. Именно там он учится общаться с незнакомыми людьми – взрослыми и детьми, усваивает нормы и правила поведения, учится жить в обществе.

От того, как пройдет привыкание дошкольника к новым условиям, зависит его физическое и психическое развитие, дальнейшее благополучное существование в **детском саду и семье**, т. е. **адаптация***(приспособление)*. К сожалению, нередко этот процесс протекает сложно и болезненно. Ребенок может отказываться от еды, сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные привычки.

Эмоциональная реакция **родителей** на поведение ребенка в этот период часто усугубляет ситуацию. Из- за того, что они сами не знают, как лучше поступить, мама с папой не могут помочь своему малышу.

Для каждой семьи *«острый»* период индивидуален. Он может иметь разную длительность. В связи с этим говорят о трех вариантах **адаптации**:

- легкая **адаптация** – поведение ребенка нормализуется в течение 10 – 15

дней;

- **адаптация** средней тяжести – в течение месяца;

- тяжелая **адаптация** - требуется от 2 до 6 месяцев.

Степень **адаптации** .Характерные признаки.

Легкая **адаптация** Ребенок спокойно входит в кабинет, внимательно осматривается, прежде чем остановить свое внимание на чем–либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается.

Вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к другому человеку, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заместители, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное.

Ребенок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на одобрения или замечания. **Родители** доверяют своему ребенку, не контролируют его поминутно, не опекают его, не указывают, что ему нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают малыша в случае необходимости. **Родители уверенны в себе**, с доверием относятся к специалисту, отстаивают свои взгляды, проявляют инициативу и самостоятельность.

Средняя **адаптация** Ребенок вступает в контакт, напряженность первых минут постепенно спадает, ребенок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия.

Не замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения *(социальное экспериментирование)*. **Родители** часто не доверяют ребенку, пытаются дисциплинировать малыша, делают ему замечания. Как правило, советы и рекомендации педагога- психолога принимают, задают много вопросов, избегая высказывать свою точку зрения.

Тяжелая **адаптация** Контакт с ребенком удается установить только через **родителей**. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем не задерживаясь. Не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала специалиста оставляют ребенка или безучастным, либо он пугается и бежит за поддержкой к **родителям**.

**Родители** либо игнорируют потребности ребенка, либо опекают его во всем, находясь с ним в полном слиянии.

**Адаптация** всегда сопровождается напряжением всех систем организма участников этого сложного социально- психологического процесса и проходит три этапа.

На первом – ознакомительном – этапе происходит конфликт старых и новых форм поведения, обусловленный получением информации о новой среде или изменениями старой среды.

На втором этапе – мобилизации идут в ход все ресурсы, направленные на приятие новых условий среды, новых форм и стандартов поведения.

Для третьего этапа – действия – характерна успешность действий в новых условиях в сочетании внутренней *(психологической)* и внешней *(поведенческой)* **адаптации**.

Все этапы **адаптации** проходят не только дети, но и педагог. Именно он обеспечивает каждому новенькому успешную **адаптацию**. И не только. Он и сам должен что-то изменить в собственном поведении. Суть в том, что педагог не только субъект, он и сам становится объектом **адаптации**, на которого активно воздействует ребенок, привыкающий к новым условиям. А действительность новых условий для ребенка – это прежде всего частые простудные заболевания, тяжелое прощание с **родителями**, долгие страдания *(истерики, капризы, отказ от еды, агрессия, страхи и т. д.)*. Для воспитателя же это психоэмоциональное напряжение, обусловленное ситуацией *«быть готовым»* к контакту с незнакомым ребенком, его **родителями**, демонстрация некоего профессионального чуда и перед **родителями**, и перед детьми.

Возраст ребенка при поступлении в дошкольное учреждение разный: и 2-й, и 3-й, и 4-й год жизни. Однако первое посещение **детского** сада для ребенка любого возраста – стрессовая ситуация. Связано это с тем, что его жизнь в семье проходит в иной пространственно – временной реальности, но и с функциональной незрелостью организма, несовершенством приспособляемости к изменяющимся условиям среды, со слабой выносливостью нервной системы.

Отсюда рождается вопрос, какие факторы могут воздействовать на процесс **адаптации** к новым жизненным обстоятельствам?

В первую очередь – фактор среды, т. е. материальное пространство, в котором организуется жизнедеятельность детей.

Следующий фактор, организация времени, т. е. режим дня.

К этим факторам приплюсуем отсутствие опыта общения с чужими взрослыми и детьми.

Вследствие всего этого можно сделать определенные рекомендации **родителям**, придерживаясь которых, они могут помочь своим детям быстрее **адаптироваться**.

Рекомендации **родителям** по подготовке детей к **детскому саду**

- Следует обратить внимание на домашний режим питания и сна и постепенно приблизить его к тому режиму, который будет в **детском саду**.

- Нужно постепенно формировать навыки общения ребенка со сверстниками: можно гулять с ним на участке **детского** сада и привлекать к совместной деятельности.

- Постепенно приучайте малыша к самостоятельности и доступному для его возраста самообслуживанию.

- Следует рассказать ребенку, что такое **детский сад**, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы он туда пошел.

- Подробно расскажите ребенку о режиме **детского сада**: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в **детский сад**.

- Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, так ему будет легче отпустить вас.

- Убедитесь в собственной уверенности в том, что в вашей семье **детский** сад необходим именно сейчас. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию. Легче и быстрее привыкают дети, у **родителей** которых нет альтернативы дошкольному учреждению.

- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес дошкольного учреждения и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка **детским садом**.