

«Здравствуй, детский сад!!!»

Рекомендации для родителей группы раннего возраста



Настала осень, и родители повели своих малышей в детский сад!

Как мой малыш будет чувствовать себя в детском саду? Как долго будет привыкать к новым условиям?

Эти и другие вопросы мы хотели бы обсудить с вами,
дорогие родители.

Социальная адаптация — процесс активного приспособления индивида к условиям **социальной среды**; вид взаимодействия личности с социальной средой.* (Википедия)

Если сказать проще, **адаптация ребенка в детском саду** - это привыкание ребенка в новой обстановке.

Различают 3 степени адаптации:

- 1) легкая (около месяца)
- 2) средняя (около 2-3 месяцев)
- 3) тяжелая (более 3-х месяцев)

В процессе адаптации у малыша может проявляться:

- повышенная плаксивость (истерика)/ гнев/агрессия;
- игнорирование сверстников в группе/ воспитателей;
- снижение аппетита;
- отказ от сна;
- ослабление ранее приобретенных навыков (н-р: самостоятельно держать ложку и кушать);
- снижение иммунитета;
- и др.

**Процесс адаптации ребенка
будет зависеть от различных факторов:**

- 1) возраст;
- 2) степень привязанности к маме (к родным);
- 3) способности малыша контактировать со сверстниками;
- 4) наличие элементарных навыков гигиены;
- 5) индивидуальных особенностей



Что делать родителям, чтобы адаптации прошла успешно?

Главное - набраться терпения и все будет хорошо!

Основные рекомендации:

- Разговоры, беседы о детском саде дома, по дороге в детский сад (даже, если считаете, что малыш недостаточно понимает суть, можете сформулировать это в виде сказки). Но также не стоит идеализировать детский сад в беседах, поскольку у малыша может сформироваться понятие «в саду куча игрушек, делай что хочешь», а придя в сад их встретит незнакомый человек и будет просить выполнять различные задания; поэтому необходимо выбрать золотую середину в разговоре;
- Первую неделю ребенка стоит оставлять всего на пару часов, затем **постепенно** увеличивая количество проведенного времени в саду.
ВАЖНО! Здесь не стоит спешить: если, в первые 2 дня, проведенные в саду 2 часа, ребенок встречает вас с улыбкой, а воспитатель подтверждает отсутствие слез, то на 3 день не рекомендуется оставлять ребенка даже до обеда. Рекомендуется посмотреть динамику поведения ребенка пару недель, необходимо сформировать устойчивую адаптацию к детскому саду. Процесс адаптации должен происходить постепенно;
- Расставание малыша с мамой в раздевалке не должно быть по 30 мин, чем дольше вы находитесь, тем дольше провоцируете появление слез и истерики (придумайте свой короткий ритуал прощания, например, «воздушный поцелуй»). Не ругайте ребенка, за то, что он плачет, постарайтесь его понять;
- Общайтесь с воспитателем, спрашивайте, как прошел день;
- Соблюдайте режим дня, на выходных максимально его придерживайтесь;
- Особое внимание уделите здоровью ребенка, даже небольшое покраснение горла, может увеличить степень раздраженности/плаксивости малыша/отсутствию аппетита;
- Старайтесь эмоционально не перегружать ребенка в период адаптации;
- Не обманывайте малыша, говоря, что вы придете очень скоро. Обещания необходимо сдерживать иначе малыш перестанет вам верить;
- Сохраняйте позитивный настрой!

Составители: Сырова У.Х.

Казленкова О.В.

(воспитатели группы раннего возраста «Изобретатели»)