Консультация для родителей

«В детский сад с радостью»

(адаптация ребёнка к дет-саду)

Воспитатель: Инютина Анжелика Анатольевна

Предпосылка счастливой жизни ребенка – не только его физическое, но и психологическое здоровье. Хочется видеть каждого ребенка, идущего в наш детский сад, счастливым и не обремененным непосильными для его возраста заботами. Каждый взрослый, если он любящий, понимающий и не разучился играть, может помочь ребенку вырасти счастливым и довольным окружающими людьми как в семье, так и в детском саду. Именно тот взрослый, который не растворился в чувстве собственной важности и готов помочь развитию ребенка. Место родителей и педагогов рядом с детьми, может быть, чуть впереди. Не подавлять, не подминать, не подменять, не наказывать и не добивать, а предостерегать и обнажать проблемы, предоставляя право решать самому ребенку. Воодушевлять и возвышать. Пробуждать и поддерживать естественное стремление ребенка быть хорошим.

Чем больше у ребенка свободы, тем меньше необходимость в наказаниях. Чем больше поощрений, тем меньше наказаний *(Я. Корчак)*.

Самая большая роскошь на свете – это роскошь человеческого общения *(А. Экзюпери)*.

Главный принцип позитивного общения с ребенком – безусловно принимать его. А безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

**Правила позитивного общения с ребенком:**

•Безусловно принимать и уважать ребенка.

•Если Вы на ребенка рассержены, выражать свое недовольство можно, но не ребенком в целом, а его отдельными действиями.

•Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства. Раз они у него возникли, значит для этого есть основания.

•Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие ребенка.

•Активно слушать его переживания и потребности.

•Бывать *(читать, играть, заниматься)* вместе.

•Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.

•Помогать, когда просит.

•Поддерживать успехи.

•Делиться своими чувствами *(значит доверять)*.

•Конструктивно разрешать конфликты.

•Использовать в повседневном общении приветливые фразы.

•Обнимать как можно чаще.

**Факторы от которых зависит течение адаптационного периода:**

- возраст ребенка;

- состояние здоровья;

- уровень развития;

- умение общаться со взрослыми и сверстниками;

- формирование предметной и игровой деятельности;

- приближенность домашнего режима к режиму детского сада.

**Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ:**

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детскогосада;

2. наличие у ребенка своеобразных привычек;

3. неумение занять себя игрушкой;

4. не формирование элементарных культурно-гигиенических навыков;

5. отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми и взрослыми.

Взрослым необходимо помочь детям преодолеть стресс от поступления в детский сад и успешно адаптироваться в дошкольном учреждении. Дети раннего возраста эмоциональны, впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться вами при подготовке ребенка к детскому саду.

Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в детском саду ребенок приобрел при поддержке близкого человека.

Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОУ?

\* Рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад. Подробно описать режим детского сада, чем ребенок там будет заниматься. Ваш рассказ поможет ему почувствовать себя увереннее и спокойнее, когда он пойдет в сад. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

\* По возможности расширять круг общения ребенка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми: обращать внимание на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.

\*Помогать ребенку разобраться в игрушках: использовать прием действий с ними, сюжетный поиск и совместные действия, вовлекать ребенка в совместную игру.

\* Развивать подражательность в действиях ребенка («полетаем, как воробушки, попрыгаем, как зайчики и т. д.).

\* Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего ребенка.

\* Избегать обсуждения при ребенке волнующих вас проблем, связанных с детским садом. Не допускать высказываний сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в дошкольное учреждение. (Некоторые родители, видя, что ребенок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку, пугаются и перестают водить его в детский сад). Это происходит от того, что взрослые не готовы *«оторвать ребенка от себя»*.

\* Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

К моменту поступления в детскийсад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;

- самостоятельно пить из чашки;

- пользоваться ложкой;

- активно участвовать в одевании и умывании.

\* Разработать вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания *(ему будет проще отпустить вас)*.

\* Подчеркивать, что ваш ребенок, как и прежде, вам дорог и любим. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша.

Наглядным примером должны выступать, прежде всего, сами родители. Требования к ребенку должны быть последовательны и доступны. Тон, в котором сообщается требование, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

Если ребенок не желает выполнять ваши просьбы, вызывает своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему о своих чувствах, а не о нем, не о его поведении. (*«Мне не нравится, когда дети хнычут…; я огорчен…; мне трудно…»* и т. д.)

Конечно, нужно соразмерять собственные ожидания с индивидуальными возможностями ребенка. Важно также постоянно упражнять его в осваиваемых действиях, поощрять, давать положительную оценку хотя бы за попытку выполнения.

Планировать свое время так, чтобы первые 2-4 недели посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять ребенка не целый день. Первые дни необходимо находиться рядом с телефоном и недалеко от территории детского сада. В день, когда вы впервые привели малыша, не следует затягивать расставание с ним, особенно если он плачет, так как ребенок видит, что мама расстроена и начинает себя жалеть. Мама должна скрыть свое волнение, пообещать вернуться и, ободрив малыша, побыстрее уйти. Обычно ребенок отвлекается на новые впечатления и успокаивается. Тем не менее он, как правило, не в состоянии сразу выдержать пребывание в незнакомой обстановке в течение всего дня, поэтому в первую неделю *(а то и месяц)* необходимо забирать ребенка из садика раньше, постепенно увеличивая его пребывание в саду.

В этот период важно предупреждать возможность утомления или перевозбуждения, необходимо поддерживать уравновешенное поведение детей. Ведь ребенок устает от новых для него ощущений, условий и требований, большого коллектива детей и незнакомых взрослых. Поэтому дома он нуждается в тишине и спокойном, ласковом отношении. В период адаптации не надо ходить с ребенком в гости и принимать их у себя дома. Желательно поменьше пользоваться телевизором, создать ребенку условия для дополнительного сна. Игры предпочтительны тихие, спокойные.

Взрослым необходимо помнить, что уверенность и спокойствие ребенка определяется систематичностью, ритмичностью и повторяемостью его жизни, то есть четким соблюдением режима.

Дошкольный возраст – важнейший стартовый период жизни. Именно в первые годы жизни дети учатся тому, что будут использовать в течение всей дальнейшей жизни. И если взрослые на протяжении этого возрастного периода оказывают поддержку ребенку, он будет гораздо быстрее развиваться.