**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**центр развития ребенка – детский сад №58 «Белочка»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

141021, Московская область, г.о. Мытищи, ул. Летная, д.22, контактный тел.: 5810188,

эл. адрес: dou\_58@edu-mytyshi.ru

**Консультация для родителей.**

**тема: «Адаптация детей к детскому саду в первой младшей группе».**

Подготовила педагог-психолог

МБДОУ № 58 «Белочка»

Киреева М.Е.

г.о. Мытищи

2019

Тема: «Адаптация детей к детскому саду в первой младшей группе»

Цели:

 - повышение психолого-педагогических знаний родителей;

 - формирование единого подхода к воспитанию детей;

 - познакомить родителей с понятиями "адаптация”, "адаптационный период»;

 - ознакомить с правилами и требованиями адаптационного периода, предоставить рекомендации;

 - рекомендации по установлению доверительных взаимоотношений между родителями, воспитателями и детьми.

*«…Твердо убежден, что есть качества души,*

*без которых человек не может стать*

*настоящим воспитателем, и среди этих качеств -*

*на первом месте – умение проникнуть в*

*духовный мир ребенка».*

*В. Сухомлинский*

Посещение детского сада является новым этапом в жизни любого ребенка. В детском саду Ваш ребенок сталкивается с первым серьезным коллективом.

Всем известно, что, когда ребенок поступает в детский сад, у него начинается адаптация – привыкание к детскому саду. У кого-то этот период протекает легко и незаметно, а кто-то привыкает тяжело, много плачет, часто болеет, сильно переживает расставание с мамой. Вы можете несколько облегчить этот процесс, помочь малышу быстрее привыкнуть к тому, что теперь он будет ходить в садик и оставаться там с другими детками и воспитателями, а мама придет за ним вечером. Чем меньше Вы будете переживать, чем спокойнее Вы будете оставлять ребенка в группе, тем легче будет вашему малышу в детском саду. Приучать ребенка к посещению детского сада следует постепенно. Узнайте распорядок дня в группе: когда у детей завтрак, обед, полдник, какую именно пищу они едят, в какое время у них занятия, когда прогулки, а когда дневной сон. Старайтесь дома следовать такому же режиму, еще до начала посещения детского сада.

Научите ребенка кушать самостоятельно, мыть руки, пользоваться полотенцем.

Обязательно приучите малыша к горшку (в детском саду памперсы не приветствуются).

Не забывайте о том, насколько важен полноценный отдых для ребенка, который начинает ходить в сад. Следите за тем, чтобы ваш малыш как можно меньше проводил времени возле телевизора, как можно больше времени — на улице, старайтесь укладывать его спать в дневное время в те же часы, что и в саду. Первые несколько дней ребёнок находится в группе детского садика недолго, — два часа.

По мере того, как Ваш ребенок привыкает, постепенно увеличивается время пребывания в детском саду. О том, сколько времени потребуется Вашему ребенку, чтобы адаптироваться к новым условиям жизни может решить только сам ребенок. Есть дети, которые привыкают к садику легко и быстро и с удовольствием бегут в группу. А некоторые дети привыкают долго, тяжело, много плачут, устают в садике. Не нужно торопить ребенка. Обязательно хвалите его, говорите, что он молодец, что мама очень им гордится. Ведь детский садик должен стать домом радости для ребенка.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом.

Если у Вас есть возможность, не спешите выходить на работу, одновременно с началом посещения ребенком детского сада. Так вы поможете ему быстрее адаптироваться. Не будете переживать из-за того, что все еще есть необходимость водить его в сад на несколько часов, а не на весь день, а Вы в это время заняты на работе. А если он заболеет, Вы сможете полноценно за ним ухаживать, не думая о том, что в это время происходит у вас на работе. Вы, родители, тоже переживаете своего рода сложный период. В первую очередь необходимо настроиться и вам самим. Вашу тревогу и беспокойство ребёнок не должен видеть. Тревога может передаться ему.

Сегодня мы поговорим об адаптационном периоде.

Адаптация – значит вхождение человека в новую для него среду и приспособление к её условиям.

Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие безутешно плачут, как только закрывается дверь за мамой. Некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступают в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя «как рыба в воде».

**Длительность периода адаптации (привыкания) зависит от многих причин:**

- от особенностей высшей нервной деятельности;

- возраста ребёнка;

- характера;

- состояния здоровья;

- резкого изменения между обстановкой, в которой ребёнок привык находиться долго, и той, в которой находится в детском саду. И многие другие индивидуальные причины, ведь каждый ребёнок индивидуален. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния.

К таким нарушениям относят:

- нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)

- нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)

- меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства: повышение температуры тела, изменения характера стула, нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.). По всем этим признакам выделяются определённые группы, к которым принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребёнок, будет строиться работа с ним.

Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомые дети могут стать для ребёнка серьёзной психической травмой.

Малыши в этом возрасте переполнены энергией, но плохо понимает, к чему её приложить. Только мы, взрослые, можем направить её в нужное русло, чтобы ребёнок получал от этого удовольствие и радость. Без помощи взрослого ребёнок ещё не может справиться со многими бытовыми проблемами. Малыши практически во всём ещё зависят от нас. Очень важно, чтобы этот период был плавным, мягким. Много зависит от нас, педагогов, так как мы берём на себя ответственность за помощь родителям. И вы, родители, тоже ответственны за психическое и физическое развитие ребёнка, за его душевный комфорт.

Своеобразие адаптации малыша к новым условиям обусловлены специфическими особенностями раннего возраста. Этот период является наиболее ответственным периодом жизни человека, когда формируются основные умения малыша, так необходимые для его успешного развития. В это время складываются такие доминантные качества как познавательная активность, самостоятельность, инициативность, коммуникабельность, доверие к миру, уверенность в себе, доброжелательное отношение к людям, творческие возможности. Но их формирование требуют адекватных действий со стороны взрослых, определенных форм общения и активного взаимодействия с ребенком.

В заключение следует отметить, что выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду — это важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.