



Интерактивная консультация для родителей

«Адаптация ребенка в детском саду»



МАДОУ №322 «Морозко»
г. Красноярск

Адаптация



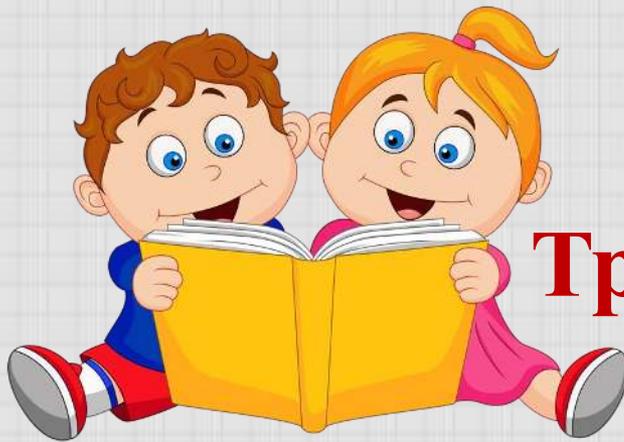
Приспособление к условиям
окружающей среды.

Психологическая адаптация
предполагает, что человек находится в
гармонии с самим собой, партнерами по
общению и окружающим миром в целом.

Цель: расширение представлений родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям, о факторах, влияющих на успешную адаптацию.

Задачи:

1. Познакомить родителей с характеристиками психологической адаптации ребенка к условиям ДООУ.
2. Способствовать взаимному эмоциональному расположению между участниками.
3. Способствовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.
4. Предоставить родителям практический опыт игрового партнерства с детьми.



Три степени адаптации

1. **Легкая** - сдвиги нормализуются в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного.
2. **Средняя** - сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса
3. **Тяжелая** - длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма

Давайте поиграем

Упражнение «Знакомство»

Передаем по кругу игрушку называем свое имя и рассказываем о себе , что Вас отличает от других.

Игра на сплочение «Встреча руками»-

Закройте глаза. По команде ведущего пусть Ваши руки:

1. сначала найдут друг друга;
 2. познакомятся;
 3. проявят симпатию;
 4. потанцуют;
 5. подерутся;
 6. помирятся
 7. попрощаются.
- Ответьте на вопросы:
 - Легко ли было выполнить это упражнение?
 - Что мешало?



Упражнение- визуализация «Воспоминания»

Попробуйте вспомнить свои первые детские впечатления о детском саде, о школе.

Упражнение "Грецкий орех»

Каждый выбирает себе орех , внимательно его рассматривает, потом ведущий собирает орехи и перемешивает , после чего играющим нужно найти свой орех.



Психофизиологические реакции ребенка в период адаптации:

- Беспокойство
- Страх
- Заторможенность (повышенная возбудимость)
- Капризность
- Раздражительность
- Упрямство



Вашему ребенку важно:

- *Много двигаться*
- *Освоить мелкие движения пальчиков*
- *Как можно шире осваивать речь*
- *Играть*
- *Продолжать выстраивать отношения со взрослыми*
- *Получать помощь взрослого*
- *Иметь достаточно времени для того, чтобы что-то выбрать*



Вам как родителям важно :

- *Понимать, что энергичный и активный ребенок — это естественно*
- *Предоставить ребенку возможность играть с мелким материалом*
- *Чаще разговаривать с малышом*
- *Предоставлять возможности для самых разных игр*
- *Относиться к ребенку спокойно и дружелюбно*
- *Соблюдение разумной безопасности*
- *Понимать, что у ребенка совершенно другое восприятие времени.*
- *Относиться спокойно и с пониманием к эмоциональным вспышкам*

Шесть разговоров о садике

- Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышей, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают»
- Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребяткишек
- Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность
- Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми
- Зайдите на сайт ДОО, познакомьте малыша с воспитателями, покажите их фотографии и рассмотрите

Занятия с детьми

по подготовке к садику

- Сюжетно-ролевые игры. Цель подобных игр – в непринуждённой форме ознакомить малыша с режимом и правилами детского сада. Заручитесь «поддержкой» детских игрушек – кукол, плюшевых медвежат.
- Прослушивание сказочных историй о детском садике для зверят и ребят.
- Мультфильм «Три котенка -Пойдем в детский сад» 6 сезон 9 серия.



- Сказка «Зайчик Сева не хочет идти в детский сад»
А.Ласточкина
- Эндриан Хейменс «Зайка Стёпа идёт в детский сад»
- «Котёнок Кузька идёт в детский сад»
- «Сказка про Грустинку»,
- «Лесной детский сад».



Пять полезных умений для детсадовца

- Самостоятельно одеваться и раздеваться
- Пользоваться ложкой
- Воспринимать разную пищу
- Общаться со взрослыми
- Играть с детьми



Что делать, если адаптация к детскому саду уже началась.

- Не следует сразу отдавать ребёнка на целый день
- Проявляйте искренний интерес к тому, чем занимался ребёнок в ДОУ
- Не переживайте особо, если ребёнок после садика кажется уставшим или осунувшимся
- Ограничьте повышенные эмоциональные нагрузки,
- Откажитесь от посещения массовых развлечений; просмотр мультиков и различных видео изображений, также нужно ограничить
- Обеспечьте ребёнку спокойную семейную обстановку во время адаптационного периода.
- Выражайте всячески своё расположение новоиспечённому дошкольнику: целуйте, обнимайте.
- Пусть в садик ребенка отводит тот член семьи к кому ребенок менее привязан, с ним легче расстаться

Основные ошибки

- Сравнение с другими ребятами.
- Обман. Не нужно обещать ребёнку, что вы заберёте его через часик, если планируете вернуться только в вечернее время
- Наказание садиком.
- «Подкуп» сладостями и игрушками .
- Отправление в садик заболевшего малыша
- Исчезновение мамы, которая не желает отвлекать ребёнка от игрушек или детей
- Не нужно перехваливать детский сад, расписывая его уж совсем в радужных красках, иначе малыш разочаруется в воспитателе и одноклассниках



Как облегчить расставание с малышом

- Старайтесь привлекать к взаимодействию с ребёнком папу и прочих близких родственников
- Не называйте ребёнка застенчивым, букой, рёвой, плаксой, хвостиком и прочими малоприятными словами. Наоборот, как можно чаще рассказывайте ему и другим, какой он у вас коммуникативный, общительный и весёлый.

Ненужные действия

- Нельзя сбегать от ребёнка тайком, пусть даже в этот момент он сидит с бабушкой.
- Не рекомендовано оставлять ребёнка в квартире одного
- Не следует поощрять ребёнка вкусностями и игрушками за то, что он позволяет вам отлучаться
- Вы можете придумать какие-либо облегчающие расставание ритуалы

Во что поиграть с детьми по дороге в детский сад

1. «Все круглое (квадратное, треугольное)»

Ребенок и взрослый по очереди называют предметы круглой формы, встречающиеся на пути.

2.«Красные (зеленые) предметы»

3.«Волшебные фигуры». Имитируем с ребенком походку зайчика, медведя, лисички и т.д.

4. «Чего не стало?», «Что изменилось?»

Взрослый снимает перчатку со своей руки или прикрепляет к своей куртке значок и просит ребенка сказать, что изменилось. Можно наблюдать за тем, что изменилось по дороге в детский сад.

5. «Загадки»

По дороге можно придумывать загадки. Например, спросить ребенка: «Круглая, сладкая, мягкая, в красивой обертке. Что это?»

Или: «Рыженькая, с пушистым хвостом, любит грызть орехи, прыгает по деревьям. Кто это?»

Одно из условий уверенности и спокойствия ребенка - это систематичность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е. четкое соблюдение режима.



**Любите своих детей!
Поддерживайте их в трудную
минуту
и разделяйте с ними минуты
радости!**

