

## **Консультация для родителей**

### ***«Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ»***

Воспитатель 1 категории  
Маркелова Любовь Николаевна

Адаптацией принято называть процесс вхождения ребенка в новую среду и привыкание к её условиям. У детей в период адаптации могут нарушаться: аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок – в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию. Поэтому, прежде всего, необходимо подготовить ребенка к посещению детского сада.

Нужно рассказать ему, что такое детский сад, зачем туда ходят дети. Говорить ему о том, что там очень весело и здорово, и что вы бы сами туда с удовольствием пошли, но, к сожалению, вы уже выросли и вас туда не возьмут, а у вашего ребенка есть возможность ходить в детский сад. Важно сформировать у ребенка положительную установку на детский сад, положительное отношение к нему.

Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада, что и в какой последовательности он будет делать. Необходимо готовить ребенка к общению с другими детьми и взрослыми, посещать детские площадки, парки.

Для того, чтобы помочь ребенку безболезненно войти в жизнь детского сада, необходимо максимально приблизить распорядок дня дома к режиму в детском саду. Конечно, обязательно нужно отучить ребенка от соски и постараться приучить ребенка к горшку.

О предстоящем поступлении в детский сад говорите с ним, как о радостном событии. Желательно первый день посещения ребенком детского сада, обставить как праздник, Купите воздушные шары, цветы, сходите в детский сад на два часа, познакомьтесь с воспитателем, с другими детьми, с

группой, с участком. Когда вернетесь домой, пригласите к себе в гости бабушек, устройте чаепитие, в общем, создайте атмосферу праздника, чтобы ребенок, запомнил этот день и тогда на следующий день ребенок с удовольствием пойдет в детский сад.

Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях ребенка, что ему нравится, а что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается. Расскажите, как ласково вы называете его дома.

Обязательно расспрашивайте ребенка о том, что происходило с ним в детском саду, с кем он дружил, чем он занимался, было ли ему там интересно. Постарайтесь, сами подружитесь с другими родителями. Совместно с детьми активно участвуйте в жизни группы.

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш.

И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода. Максимально сократите время прощания и ухода. Не целуйтесь, не обнимайтесь с ребенком по 10-15 минут. Не уговаривайте малыша извиняющимся тоном! Не говорите о том, что будете скучать. Будьте тверды, убедительны. Уходите, не оборачиваясь. Ведь у вас – дела, работа, и ребенок об этом прекрасно знает. Скажите ребенку уверенным, доброжелательным тоном, что вам пора идти. Поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите не оборачиваясь.

Твердо выполняйте обещания! Если сказали, что заберете ребенка после обеда (*ты спать не будешь, я приду, /nana придет*) забирайте в назначенное время! Не обманывайте ребенка, не подрывайте его веру в самых дорогих и близких людей. Не заставляйте его страдать, плакать, ожидая вас. Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

В период адаптации важную роль играет возможность приносить с собой свои игрушки или любой предмет, который будет напоминать ребенку о доме.

Объективными показателями окончания периода адаптации у детей являются:

- глубокий сон;
- хороший аппетит;
- бодрое эмоциональное состояние;
- полное восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение;
- соответствующая возрасту прибавка в весе.