

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Центр развития ребёнка – детский сад №57
«Аленушка» города Рубцовска

Материалы к консультативному пункту по теме:
«Адаптация ребёнка к детскому саду»

Подготовили:
Такмакова О.В.,
Иванова Н.В.,
Бадалян А.Д.

2020г.

Цель: повысить уровень психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах адаптации ребенка к условиям детского сада.

План проведения:

1. Приветствие

Игра-знакомство «Волшебный мячик».

2. Выступление заведующего Такмаковой О.В.

3. Фильм «Территория детства».

4. Мини-лекция педагога-психолога Ивановой Н.В. «Психологическая подготовка ребёнка к детскому саду».

5. Мини-лекция воспитателя Макарцевой Л.Н. «Режим дня».

6. Мини-лекция воспитателя Поповой Т.И. «8 ошибок родителей при адаптации ребенка к детскому саду».

7. Презентация «Наши режимные моменты».

8. Анкетирование.

9. Рефлексия «Волшебный мячик».

10. Раздача памяток.

Материал и оборудование:

- лист регистрации;
- мяч;
- проектор, интерактивная доска, ноутбук;
- фильм «Территория детства»;
- презентация «Наши режимные моменты»;
- анкеты, ручки;
- памятки родителям.

Добрый день, уважаемые родители!
Мы вас пригласили на встречу в детский сад.
Нам очень нужно с вами союзниками стать.
Различные вопросы мы будем обсуждать.
И деткам нашим вместе мы станем помогать.
Прислушиваться будем мы к вашим пожеланиям,
Подробно вам расскажем о детском воспитании.
Сегодня мы собрались один вопрос решить,
Что делать, чтоб ребенка к детсаду приучить?

А для начала давайте познакомимся с помощью *игры «Волшебный мячик»*. Будем передавать этот маленький мяч друг другу, называть своё имя, чей вы родитель и одним словом охарактеризовать своего малыша.

Вот мы и познакомились. А теперь поговорим об адаптации малышей к детскому саду.

Адаптация - это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением.

Поступления малыша в детский сад - это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям даётся легко .

Наша задача сделать так. Чтобы период адаптации прошёл для ребёнка безболезненно. Для этого между нами, должны установиться дружеские, партнёрские отношения. Каждому ребёнку рано или поздно приходится социализироваться, т. е., становится способным жить среди других людей. Это необходимый для всех этап. Полностью адаптироваться к детскому саду ребёнок способен лишь через 2 или 3 месяца после начала регулярных посещений дошкольного учреждения.

Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми - ребенок может отказываться от «детсадовской» еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным. Одно из условий уверенности и спокойствия ребенка – это системность, ритмичность и повторяемость его жизни, т. е. четкое соблюдение режима.

Памятка

1. Приблизительно за два месяца можно начинать подготавливать ребенка психологически — рассказать про то, что такое детский сад, кто туда ходит, что там происходит, желательно, как можно чаще гулять около него, чтобы малыш привыкал к территории.

2. Можно дома поиграть с ребёнком в игру «Детский сад». Роль малыша может выполнять или он сам или какая-нибудь игрушка. Покажите ему в игре, как можно познакомиться со сверстниками, как вступить в игру. Пусть в игре соблюдается ритм детсадовской жизни: куклы будут завтракать, делать зарядку, гулять, обедать, ложиться спать...

3. В том случае, если детский сад находится поблизости от дома, в будущем детском коллективе у ребенка наверняка найдутся знакомые дети. Именно с ними он и будет общаться в первые несколько дней — до тех пор, пока не найдет себе новых друзей.

4. К режиму детского сада необходимо подготовиться также заблаговременно — обычно детей приводят к 8 утра, тихий час — с 12.30 до 15. Далеко не все дети привыкли вставать в 7 утра, поэтому перестраиваться под новый лад нужно начинать как минимум за 2-3 месяца. Отправляться ко сну лучше в 21.00. Поддерживайте в выходные дни такой же режим дня, как и в детском саду.

5. В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском саду. Прислушивайтесь рекомендаций воспитателей.

6. Когда уходите и оставляете ребенка в саду, то делайте это быстро и легко. Не растягивайте прощание. Не показывайте ваших переживаний, потому что дети очень четко чувствуют эмоции родителей. Обычно дети плачут минут 5-10 и успокаиваются. Придумайте ритуал прощания (поцелуйте в щёчки, помашите рукой и т.д.).

7. Если ребёнок с трудом расстается с матерью, пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.

8. В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо «выпускать» эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бежит — это ему необходимо.

9. Стоит заранее приучать ребёнка к самостоятельности и навыкам самообслуживания. Совсем маленьким детям помогают одеться воспитатели, в более старшем возрасте ребенок должен уже кое-что уметь и сам. Безусловно, навыки самостоятельности прививаются не сразу. Однако в привычной домашней обстановке ребенку будет гораздо проще научиться надевать колготки, застегивать пуговицы и т.д. одежда должна быть удобной и из ткани, где много хлопка.

10. Приучите ребёнка посещать туалет перед прогулкой, сном и т.д.

11. Будьте в контакте с воспитателями – интересуйтесь поведением ребёнка в саду, его отношениями с взрослыми и сверстниками, обсуждайте возникающие проблемы.

12. Когда ребенок находится вне детского сада, родителям нужно стараться посвящать ему как можно больше времени — гулять, играть, разговаривать.

13. Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье.

15. Не забывайте постоянно говорить ребёнку, что вы его любите, хвалите за старания и успехи, целуйте, обнимайте его.

Быстрее всего адаптируются дети тех родителей, у которых нет иного выбора, кроме как отдать ребёнка в детский сад.

Помните, что скорейшая адаптация ребёнка в детском саду требует длительной работы со стороны всей семьи.

РЕЖИМ ДНЯ

Огромное значение для привыкания ребёнка к детскому саду имеет режим дня. В детском саду детей приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. Ребёнку бывает сложно принять правила и нормы жизни группы, поэтому к режиму дня следует готовить заранее, примерно за 2-3 месяца. Постарайтесь приблизить домашний режим к режиму детского сада, тогда адаптация у ребёнка пройдет более гладко.

С 7.00 до 8.00 - Приём детей, осмотр, игры.

С 8.00 до 9.00 - Подготовка к завтраку (мытьё рук), завтрак, высаживание на горшок, проветривание.

В 9.00 – Начинаются занятия:

- I подгруппа с 9.00 до 9.10
- II подгруппа с 9.20 до 9.30

С 9.30 до 10.15 - игры, затем в 10.30 – второй завтрак (сок, ряженка)

Идём на горшок и на прогулку. Гуляем до 11.45, идём в группу и раздеваемся. Идём на горшок, моем руки.

Обед в 12 часов. Кушаем, идём на горшок, готовимся ко сну и в 12.30 ложимся спать. Спим до 3-х часов. Потом постепенный подъём, динамический час, высаживание на горшок, одевание.

В 15.30-15.40, 15.50- 16.00 – II-е занятие.

Затем подготовка к ужину и ужин с 16.00-16.30.

Далее: зимой - игры двигательного характера, летом – прогулка до 17.30.

С 17.30-18.00 – игры, уход домой.

Хочу остановиться на отдельной теме – еда в детском саду. Вопреки распространённому мнению о том, что пища невкусная и малопривлекательная, могу сказать, что это не так. Рацион просчитывается до мельчайших деталей – в нём присутствуют фрукты, овощи, злаки, мясо или рыба, молочные продукты и т.д. В том, что многие дети отказываются есть детсадовскую еду – вина их родителей, которые приучили к новомодным сладким йогуртам, хлопьям и прочим изыскам. Поэтому совет родителям простой – приучайте детей к обычной и здоровой еде – супам, кашам, салатам и т.д. И тогда проблем с едой в садике не будет.

В садик нужно вставать рано, что становится реальной проблемой для родителей, чьи дети привыкли засыпать после 22.00. Сонный ребенок трет глаза, хнычет, капризничает, не понимая, чего он хочет. Так же он ведет себя и в группе, болезненно реагируя на уговоры мамы, педагога.

Первые дни в дошкольном учреждении накладывают отпечаток на дальнейшее отношение к этому месту. Чтобы начальный опыт малыша был только позитивным, позаботьтесь о заблаговременном его переводе на правильный распорядок дня. В этом случае он станет легко просыпаться и будет ходить в садик в замечательном настроении.

Сегодня я расскажу о самых распространенных родительских ошибках в процессе привыкания детей к дошкольному учреждению и о том, как их избежать.

8 ошибок родителей при адаптации ребенка к детскому саду

Ошибка № 1. Внезапный уход

Первый день в детском саду обычно нравится всем детям, ведь вокруг столько всего нового и интересного. Да и привлечь внимание двух- или трехлетнего малыша очень легко. Он смело идет к тете-воспитательнице, глядя на играющих сверстников. Мама, обрадованная подобной сговорчивостью, осторожно уходит, не попрощавшись с крохой.

В работе с детьми мы часто видим, что ребенок, не обнаружив мать, приходит в ужас, начинает плакать. Перед тем как зайти в группу, напомним ребѣнку о том, что вы обязательно его заберѣте (после обеда, сна и т.д.).

Ошибка № 2. «Полное погружение»

Мнение о том, что ребенок быстрее привыкнет к ребятам и воспитателю, если оставить его на весь день, ошибочно. Некоторые мамы, наслушавшись советов подруг («Мой сразу на целый день остался»), отказываются от постепенного посещения. И получают, в итоге, истерики и нежелание идти в садик.

Рекомендую ориентироваться только на своего малыша, его характер и самостоятельность.

Ошибка № 3. Разные требования дома и в садике

Часто приходится сталкиваться с мамами, которые считают, что воспитание детей – это задача только образовательных учреждений. Мало того, что родители не подготавливают кроху к новым условиям, они еще не следуют рекомендациям педагогов по объединению усилий.

В моей практике были ситуации, когда дома ребенка кормили бессистемно, включая к тому же мультики, чтобы его заинтересовать. В садике такой малыш не может сосредоточиться на каше или запеканке, требуя поставить любимый мультфильм. Еще одна головная боль для воспитателя – дети, которые засыпают только в процессе укачивания. Это поможет подготовиться к садiku и упорядочить детскую жизнь. И, конечно, воспринимайте воспитателя, как своего союзника в вопросе развития детей.

Ошибка № 4. Неправильный настрой на посещение садика

Созданию неверного настроения способствует негативные высказывания о детском саде. Лучшая политика – это честность. Например: «Скоро ты пойдешь в садик, будешь играть с детками, а тетя-воспитатель будет учить тебя читать и писать». Замечательные помощники в этом деле – развивающие книжки и пособия со стихотворениями и картинками, рассказывающими о детсадовской жизни.

Ошибка № 5. Неготовность взрослых к детским слезам

Многие родители пугаются плаксивости малыша.

Между тем, я смогла убедиться, что слезы в этот период – естественная защитная реакция детей. Намного хуже, если ребенок замыкается в себе, вообще не реагируя на столь серьезные перемены в жизни. Поэтому будьте терпеливы, скоро слезы прекратятся, и малыш будет заходить в группу без опаски и капризов.

Ошибка № 6. Несистематичное посещение

Иногда мамы относятся к вопросу посещения садика несерьезно: проспали, не хочется рано вставать, малыш закапризничал, решили отдать его на недельку бабушке. Через некоторое время ребенок понимает, что посещать сад не обязательно, и начинает манипулировать взрослыми через крики и слезы.

Не забывайте, что детский сад – это своего рода работа для детей, а значит, ходить в дошкольное учреждение нужно каждый день. Систематичность и регулярность посещения поможет крохе скорее привыкнуть к новому статусу и новым обязанностям.

Ошибка № 7. Неправильный режим дня

Просьба придерживаться того режима дня, который вам уже озвучили.

Ошибка № 8. Быстрый сбор

Эта родительская недоработка плавно вытекает из предыдущей. Маме жалко будить сладко спящего ребенка, она сама хочет подольше полежать в кровати. В результате сборы проходят в спешке, родители подгоняют дошкольника: «Собирайся быстрее», «Некогда разговаривать», «Потом тебя поцелую» и т.д. Малыш же не понимает, почему мама раздражена, он выходит из дома в плохом настроении.

Итак, мы рассмотрели 8 самых распространенных родительских ошибок, которые способны существенно осложнить и без того нелегкий процесс адаптации. Наши подсказки помогут их избежать, а значит, ребенок скорее и с меньшими потерями привыкнет к условиям дошкольного учреждения, поладит с педагогами и ровесниками.