*Консультация для воспитателей*

«Оптимизация процесса адаптации  ребёнка

к детскому саду»

Старший  воспитатель:

Семёнова В.Н.

Привыкание малыша к новым для него условиям ДОО  в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить его к этому ответственному периоду жизни.

        При поступлении в детский сад проблема привыкания дошкольника  к новым условиям является особенно актуальной.

        При рассмотрении оптимизации условий для успешной адаптации в детском саду раскрываются особенности поведения детей и соответственно методы педагогического воздействия на них в этот период, требования к подготовке в семье.

                При поступлении в детский сад все дети без исключения переживают стресс, поэтому очень важно помочь им преодолеть  эмоциональное напряжение и успешно адаптироваться к новой среде.

        В связи с этим, специалисты выделяют степени тяжести адаптации – легкая, средней тяжести, тяжёлая и крайне тяжёлая.

        Частой причиной неуравновешенного поведения  служит неправильная организация деятельности ребёнка: когда не удовлетворяется его потребности: двигательная активность, ребёнок не получает достаточно впечатлений, испытывает дефицит в общении со взрослыми, изменения в режиме дня, требованиях взрослых, в целом изменяется его жизнь.

        Срывы в поведении ребёнка могут произойти и в результате того, что своевременно  не удовлетворены его органические  потребности – не своевременно накормлен, не выспался, дневной сон (если дома его не было). В детском саду соблюдается, утвержденный САНПином, режим дня, тщательный гигиенический уход, методически правильное проведение  всех режимных процессов – сна, кормления, туалета, организация самостоятельной деятельности детей, занятий, осуществления воспитательных  подходов к ним. Все это является залогом формирования правильного поведения ребёнка, создания у него позитивного настроения.

        Успешная адаптация ребёнка во многом зависит от взаимных установок семьи и детского сада. Наиболее оптимально они складываются, если обе стороны осознают необходимость целенаправленного воздействия на ребёнка и доверяют друг другу. Важно, чтобы родители и педагоги детского сада  с первого дня пребывания ребенка в детском саду наладили доброжелательные взаимоотношения, легко и доброжелательно общались по всем возникающим вопросам, а ребенок чувствовал и от родителей и от педагогов заботливость, внимание к себе, доброту.

        При поступлении в детский сад воспитатели заполняют анкету, содержащую  сведения о ребёнке, в которых они дают исчерпывающую характеристику своему ребёнку. В свою очередь, сотрудники детского сада  анализируют данные материалы, делают выводы об особенностях поведения ребёнка, сформированности его навыков, интересах и т.п. Это помогает воспитателям правильно общаться с детьми в адаптационный  период, помочь им легче привыкнуть к новым условиям.

Для успешной организации адаптации детей раннего возраста воспитатели составляют план   воспитательно-образовательной работы. При этом выбираются разнообразные  направления: развлечения, консультации для родителей, памятки, интересные для детей дидактические и подвижные игры, способствующие возникновению положительных  эмоций, элементы устного народного творчества. Творческие отчеты о работе педагогов детского сада вы сможете увидеть в созданных группах в WhatsAppе, на официальном сайте дошкольного учреждения, по адресу, который Вы можете взять у своего воспитателя.

         В период адаптации ребёнка к новым условиям жизни происходит своеобразная ломка, переделка сформированных ранее динамических стереотипов, касающихся определённого режима: укладывание, кормление, а  также общения. Поэтому для оптимизации  процесса привыкания необходима чёткая и последовательная  работа всех сотрудников ДОО с привлечением родителей.

 Оформляя ребенка в детский сад, родители часто переживают: как его встретят? Будет ли ему там хорошо? Как его будут кормить, поить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо. Оно еще и усугубляется, если ребенок не хочет расставаться с привычным укладом жизни. Все дети, поступая в детский сад, ведут себя по-разному. Но, опираясь на опыт, можно сказать, что большинство много и громко плачут, боятся не только расстаться с мамой, но и отойти от нее на шаг. Надо понимать, что детский сад – новый этап в жизни ребенка, для которого это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем.

 Несколько практических советов:

1. Перестаньте волноваться. Все будет хорошо. Ваши волнения, ваша тревога передается вашему ребенку. Самая лучшая позиция – это позиция осознанной необходимости. Иными словами, НАДО!!!
2. Обратите внимание на режим дня. Дома он должен быть построен приблизительно так, как в детском саду. Т.е. утренний подъем в 7.00 часов, присутствие дневного сна, укладывание в 9 часов вечера. Если Ваш ребенок днем не спит, приучите его днем просто лежать в постели одного.
3. Приучите его ходить в туалет не тогда, когда уже «очень хочется», а заранее в определенные режимные моменты: перед прогулкой, перед сном, перед выходом в детский сад.
4. Максимально приблизьте свое меню к детсадовскому. Устраните перекусы между едой. Это очень важно, потому что проблемы с едой очень часто бывают причиной, из-за которой дети не хотят идти в детский сад.
5. Закаливать нужно всех детей, а детей, которые идут в детский сад – особенно. Самый простой и эффективный способ – хождение босиком по полу и земле летом в любую погоду. Это укрепляет не только иммунитет, но и нервную систему. Очень полезны любые водные процедуры.
6. Учите детей общаться друг с другом, мирно сосуществовать в группе детей, делиться игрушками. Иными словами, дружить.
7. Не обсуждайте в присутствии ребенка моменты, которые Вам не нравятся. Это создаст излишнюю тревожность, негативное отношение ребенка к детскому саду.

         Адаптационный период  считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром состоянии, играет один или со сверстниками.

*Консультация для родителей*

**«Этика поведения ребёнка в детском саду, или**

**что должны знать родители, когда идут в садик в первый раз»**

 Ребёнок пошёл в сад – это очень важный этап в жизни, как родителей, так и их чад. Адаптационный период фактически начинается в тот момент, когда Вы приняли решение о том, что Ваш ребенок будет посещать детский сад. Постарайтесь выяснить все интересующие Вас вопросы и в разговорах подготовить ребенка к изменению в его жизни.

 Какие **ошибки** совершают родители в период адаптации ребенка к детскому саду?

***Ошибка первая*** – идеализация. Отправляя ребенка в детский сад, не сулите ему райской жизни. Ведь у детей воображение гораздо богаче, чем у взрослых, а потому у них легко возникают идеализированные образы. Когда эти чрезмерно радужные представления малыша сталкиваются с действительностью (даже хорошей действительностью), у ребенка появляется негативная реакция и разочарование в садике (детях, воспитателях и т. д.). Будьте честны с малышом: рассказывайте о том, что в садике ему будет не только весело и интересно, но и что он должен слушаться воспитательницу, взрослых, соблюдать распорядок дня, быть вежливым и аккуратным.

Объясните, что он так же, как вы, должны ходить на работу и выполнять свои обязанности, он должен ходить в детский сад. Это его «работа»: чем лучше и успешнее он освоит то, чему его учат, тем быстрее станет самостоятельным и взрослым.

***Ошибка вторая*** – «работа есть работа». Нельзя слишком строго подходить к ребенку («Пора – значит пора!», «Надо – значит надо, и нечего плакать, стонать!»). Конечно, детский сад – это его новая и очень ответственная обязанность, но родители должны помнить и понимать, что любой начинающий новое дело (будь то взрослый или ребенок) имеет право как на ошибки, так и на переживания.

***Ошибка третья*** – обсуждение. Не стоит обсуждать при ребенке то, что вам не нравится в детском саду. Подобные разговоры могут незаметно сформировать у ребенка негатив по отношению к воспитателям, сотрудникам, детям.

***Ошибка четвертая*** – «мой бедненький». Это самая страшная из всех ошибочных родительских стратегий. Эти родители, отдавая ребенка в сад, заранее готовятся к тому, что придется спасать свое дитя от всех на свете. Хотите, чтобы ваш ребенок не испытывал проблем? Верьте, что так и будет! Ведь в детском саду работают специалисты, хорошо знающие психологию детей дошкольного возраста. К детям будут предъявляться требования в соответствии с их возрастом, не больше.

 Существует **этика поведения** детей в детском саду, которую должны соблюдать дети, а родители, в свою очередь, обязаны знать эти правила и требовать от детей их соблюдения! В каждом детском садике установлены свои нормы и правила поведения, которые приняты во всех дошкольных учреждениях. Давайте разберем некоторые из них. Жизнь дошкольника подчинена режиму и расписанию занятий и для того, чтобы везде успевать, необходимо четко следовать им.

 1 Аккуратно одетый ребёнок приходит вместе с мамой (папой, бабушкой дедушкой) и лично передаётся воспитателю до 08.10. Очень важно, чтобы Вы, уважаемые родители, приводили ребенка в группу вовремя - так ребенку легче включиться в жизнь и режимные моменты группы вместе со всеми детьми, сделать утреннюю гимнастику, пообщаться с друзьями до занятий, поиграть в любимые игры.

Зашли в группу - поприветствовали друг друга. Мы говорим слово «Здравствуйте», а вместе с тем уже прививаем нормы поведения и уважения к окружающим. Здесь важен эмоциональный настрой ребёнка! Необходимо, чтобы ребёнок спокойно зашёл в группу. Создайте спокойный, бесконфликтный климат для ребёнка в семье. Создайте в выходные дни дома для него режим примерно такой же, как и в дошкольном учреждении.

2. Дети, которые плачут при расставании с мамой, не редкость. Прежде чем решать, что делать в таких ситуациях, необходимо узнать у воспитателей, что бывает после ухода родителя. Если после того, как мама ушла, ребенок чувствует себя хорошо, не грустит, не спрашивает про маму, легко справляется с режимом дня, то, скорее всего, необходимо изменить только сложившуюся «традицию» расставания, придумать новые ритуалы. Договоритесь, что ребенок будет махать маме рукой из определенного окна (к нему ведь еще надо добежать, пока мама выходит на улицу, а это отвлекает от горестных мыслей).

Однако встречаются дети, которые сильно нервничают в отсутствие мамы, следят за временем в ожидании возвращения. Если мамы нет рядом, у них ухудшается сон и аппетит, иногда они просто отказываются от еды и не ложатся. Как правило, такое поведение детей является следствием поведения взрослых. Повышенная тревожность мамы, неправильная оценка собственной роли в жизни ребенка, нежелание увидеть то, как умело ребенок манипулирует взрослыми – все эти причины в той или иной степени могут провоцировать подобное поведение. В этом случае именно мама должна изменить свое внутреннее состояние.

Воспитателю важно знать об эмоциональном настрое ребёнка, о различных изменениях в его поведении или физическом состоянии. Общайтесь со своими детьми! Воспитатель не конкурирует с родительской любовью – невозможно дать столько любви и тепла каждому ребёнку в отдельности из большой массы. И родители должны это осознавать, как и то, что в группе детей предсказать все неожиданные ситуации невозможно.

 Педагоги готовы беседовать с Вами о вашем ребенке утром до 8.10 и вечером после 16.00. В другое время педагог обязан работать с группой детей, и отвлекать его нельзя.

 К педагогам группы независимо от их возраста необходимо обращаться на вы, по имени и отчеству. На вас смотрят не только окружающие, но и Ваш ребенок.

 В детском саду мы учим детей игровой деятельности. Для этого существуют различные центры активности. Педагог приучает ребёнка к порядку – убирать за собой игрушки на место, бережно относиться к игрушкам и применять их по назначению. Уважаемые родители, требуйте от своих детей дома того же! И не тогда, когда он захочет, а тогда, когда это нужно сделать. Не облегчайте труд своих детей, стимулируйте их определённым правилам порядка, делайте это систематично.

 Дети должны быть опрятно одеты, аккуратными. Ногти должны быть чистыми, коротко пострижены. В шкафчике должна быть расческа. Следите за чистотой расчёсок. В шкафу у ребёнка также должна быть необходимая смена белья! Да и в самом шкафу должен быть порядок. Не стоит воспринимать замечания воспитателя в штыки! Педагог не может принять ребёнка в группу, если у ребёнка насморк, кашель (он заразит других детей, конъюнктивит или, если накануне у ребёнка была высокая температура. Будьте благоразумны – болезнь не лечится одним днём, а больному ребёнку требуется особое внимание и уход. Также воспитатель не имеет право давать ребёнку какие-либо лекарства вообще! Спрашивайте и интересуйтесь о самочувствии своих детей в конце дня.

 Умение вести себя за столом – должно прививаться не только в детском саду, но и дома. Правильно держать ложку, сидеть прямо, не болтать без умолку во время еды, не играть и не отвлекаться. После принятия пищи ребёнок говорит «Спасибо», спокойно встаёт из-за стола, идёт умываться. Также у ребёнка необходимо развивать навык самообслуживания: одеваться, раздеваться, умываться и т. п.