Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

имени 21 армии Вооруженных сил СССР п.г.т. Стройкерамика муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение «Детский сад «Солнышко»

«ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ РОДИТЕЛИ,

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ОТДАТЬ РЕБЕНКА В ДЕТСКИЙ САД»

# (консультация для родителей)

Заведующий:

Ключникова Н.Н.

ст. воспитатель:

Еськова С.Г.

педагог-психолог:

Полева Г.П.

п.г.т. Стройкерамика 2020-2021 учебный год

# Консультация

**«Что должны знать родители, прежде чем отдать ребенка в детский сад»**

Дошкольное учреждение первым открывает перед ребенком мир социально общественной жизни. Детский сад (параллельно с семьей) берет на себя одну из главных ролей в воспитании ребенка-дошкольника и играет ее, начиная с первого знакомства и до выпуска его в школьный мир знаний. Таким образом, детский мир становится одним из определяющих факторов в становлении личности ребенка. Многие основные его свойства и личностные качества складываются в этот период жизни. От того, как они будут заложены, во многом зависит все его последующее развитие.

Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли хорошо ребенку в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с родителями. Иными словами, насколько успешно ребенок сможет адаптироваться, то есть приспособиться к среде детского сада, к его условиям. Эти опасения не случайны. Процесс адаптации может привести к позитивным и негативным результатам. Два основных критерия успешной адаптации:

* внутренний комфорт;
* адекватность поведения.

Различают *три степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:*

* 1. *Легкая адаптация:* ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель;
  2. *Средняя адаптация:* в течение всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность и беспокойность сна. Этот период длится 20-40 дней;
  3. *Тяжелая адаптация:* длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца. Возникает стойкий энурез.
  4. *Очень тяжелая адаптация:* около полугода и более. Встает вопрос – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовский» ребенок.

Отрыв ребенка от дома, родных, встреча с новыми взрослыми могут стать для ребенка психогенным фактором, стрессом. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. По силе переживаемых ощущений, эмоций такое состояние можно сравнить с разрывом пуповины ребенка при рождении. Это объясняется тем, что жизненный опыт ребенка, приспособление к новым условиям ( а любое приспособление требует разрушения некоторых сложившихся связей и быстрого образования новых) сопряжено с трудностями, особенно в раннем детстве. Поэтому очень важно осуществить плавный переход из семьи в детский сад. К сожалению, этот процесс протекает зачастую сложно и болезненно. Посещение детского сада становится стрессовой ситуацией. Ребенок испытывает внутренний дискомфорт, который приводит к капризам, истерикам, отказам от еды, сна, общения со сверстниками, болезням. Появляются нежелательные для его возраста привычки (сосание пальца, грызение ногтей). Это свидетельствует о трудностях адаптационного периода.

Трудности в адаптации испытывают чрезмерно опекаемые в семье дети, дети, у которых не привиты элементарные навыки самообслуживания, самостоятельности. Родители, несмотря на стремление ребенка сделать что-то самостоятельно, стараются помочь ему – так быстрее, меньше хлопот, а ребенок чувствует себя в детском саду беспомощным и не приспособленным к новым условиям. Дети, привыкшие к общению только с родителями, лишенные возможности общаться со сверстниками, также испытывают трудности, потому что навык общения уже сформирован ( ребенок должен видеть, что существуют такие же, как он, дети со своими потребностями, желаниями). Наличие у ребенка стереотипов, которые формируются в семье, и накладывают отпечаток на его поведение, затрудняют процесс адаптации например, ребенок приучен засыпать только в том случае, если рядом ложится мама). Влияет на адаптацию тип темперамента ребенка. Замечено, что быстро и легко привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они медленны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их

часто подгоняют (причем не только в саду, но и дома тоже), не давая возможности побыть самим собой.

Итак, чем спровоцирован стресс у **ребенка**?

Ни сколько отрывом от родных, близких ему людей, сколько от несовершенства адаптационных механизмов **ребенка**. Ведь, чтобы продержаться в незнакомой обстановке, малышу необходимо вести себя в **детском саду не так**, как дома. **Ребенок** не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что сделает что-нибудь не так.

Утром просыпаемся, в садик собираемся!

- Заведите будильник с таким расчетом, чтобы утром было достаточно времени на все сборы и приготовления. Заранее продумайте, какой дорогой вы будете ходить или ездить в садик, сколько времени она занимает, и когда надо выходить из дома.

- Запомните, или запишите все вопросы, которые хотите задать воспитателю.

- Адаптация детей может длиться одну-две недели, в зависимости от психики и характера **ребенка**. Полная адаптация наступает где-то через 2-3 месяца.

- Стресс у малыша может выплескиваться в виде капризов, агрессии, мокрых штанишек, отказа от еды и сна, мнимой *«потери»* приобретенных навыков.

Что поможет помочь малышу справится с боязнью новой обстановки и с разлукой с родными?

- Дайте с собой малышу его любимую игрушку. Пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с друзьями. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в **детском саду**, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удается привыкнуть к садику».

- Если у малыша разрывается сердце от расставания с вами, положите ему в кармашек вашу небольшую семейную фотографию.

- Если ваш **ребенок***«впал в****детство****»* (так называемый псевдо *«регресс»*, например, вернулся к соске или бутылочке с молоком, *«разучился»* что-то делать, не стыдите его и не впадайте в панику. Это временное состояние, которое помогает малышу расслабиться и успокоиться.

- Если **ребенок** по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение, а похвалите. Скажите: «Какой ты молодец, а я на твоем месте, наверно бы плакала, а ты смелый, знаешь, что в садике…» и т. д. Это тот случай, когда полезно заговорить **ребенка**. А главное, это придает **ребенку уверенность**, ведь сильный человек, даже если речь идет о малыше, справится с трудностями.

- Когда вы уходите – расставайтесь с **ребенком легко и быстро**. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему **ребенку в детском саду**, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у **ребенка вызовут тревогу**, что здесь с ним может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверью. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения. В семье в этот период необходимо создавать спокойный и бесконфликтный климат для вашего **ребенка**. Щадите его ослабленную нервную систему! Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в гости, сократить время просмотра телевизора. Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома режим, приближенный к режиму **детского сада**.

Для того, чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада, необходимо максимально приблизить распорядок дня дома к режиму в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность. Желательно познакомиться с меню детского сада и приучать ребенка к блюдам, включенным в него.

Постарайтесь сделать так, чтобы у ребенка сложилось ощущение непрерывной связи между жизнью в детском саду и дома. Не расспрашивайте его без конца о том, что он там делал. На этот вопрос он неизменно ответит вам одно: «Мы играли» или «Ничего». Задавайте ему точные, конкретные вопросы. Тогда ребенок почувствует, что жизнь детского сада вам близка и понятна, и захочет, чтобы вы тоже приняли в ней участие.

*Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать ребенку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким бы ни был детский сад хорошим дополнением вашему дому, не допускайте непоправимую ошибку – не считайте, что он заменяет семью.*

***Основные рекомендации родителям в период адаптации ребенка в детском саду*** сводятся к следующим положениям:

* + 1. Создайте у ребенка положительную установку на посещение детского сада.
    2. Отправляйте ребенка в детский сад только здоровым.
    3. Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в домашний распорядок дня.
    4. Создайте условия для спокойного отдыха ребенка дома.
    5. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день.
    6. Обучайте ребенка всем необходимым навыкам самообслуживания.
    7. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
    8. Подчеркивайте, что Ваш ребенок, как прежде, дорог вам и любим.

Перед началом посещения детского сада с ребенком необходимо пройти медицинскую комиссию, принести медицинскую карту в детский сад. В детском саду администрация ДОО назовет Вам дату начала посещения детского сада ребенком, познакомит Вас с группой и воспитателями. Заранее можете составить все волнующие Вас вопросы воспитателям, чтобы при встрече их задать. Накануне посещения детского сада необходимо взять справку у педиатра о том, что ребенок здоров и в доме нет карантина. Помните, что приводить ребенка в детский сад нужно только здоровым!

(Использование материалов «Работа с родителями/авт.-сост. Е.В. Шитова. – Волгоград: Учитель,2009.)