# Правила поведения родителей в период

**адаптации детей**

# к детскому саду:

1.Старайтесь дать ребенку опыт общения с другими детьми и взрослыми. Заранее готовьте ребенка к временной разлуке с родными. Посещайте детские площадки, парки, ходите в гости.

Но! Во вр емя ад ап т ации постарайтесь максимально исключить посещение многолюдных мест, чтобы н е в о з н и к а л о п о в о д о в д л я переутомления и новых стрессов у малыша.

2 . У ч и т ы в а й т е в о з р а с т и эмоциональную привязанность ребенка.

1. Рассказывайте, что в детском саду весело, интересно. Выделяйте положительные моменты в посещении детского сада, чтобы малыш шел туда с желанием.
2. Приучайте ребенка к режиму детского сада. Старайтесь соблюдать режим и в выходные дни.
3. Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить эту привычку (лучше это сделать в домашних условиях задолго до поступления в детский сад).

6 . П р и у ч а й т е р е б е н к а к самостоятельности (учите малыша самостоятельно есть, раздеваться и одеваться, мыть руки, пользоваться горшком ( туалетом) и т. д.).

Ребенок будет чувствовать себя более уверенным.

1. Давайте возможность и учите ребенка самостоятельно играть в разнообразные игрушки.
2. Приучайте детей есть разнообразные блюда, ежедневно включайте в меню супы, каши, твердую пищу ( картошку, мясо кусочками, котлеты), салаты.
3. Предоставьте ребенку возможность эмоциональной разрядки, возможность выплеснуть эмоции, если ему это необходимо. Первое время малыш может капризничать дома, переключайте его внимание на что-то интересное. Самое главное, вовремя остановить ребенка и обеспечить спокойную обстановку перед сном (почитать книгу, рассматривать картинки, принять успокаивающую ванну и т.д.)

Желаем Вам успехов!

У Вас обязательно всё получится!

МКДОУ Новоникольский детский сад «Колокольчик»

АДАПТИРУЕМСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

РОДИТЕЛЯМ

воспитатель Петракова М.В.

**ПОМОЖЕМ МАЛЫШУ ПРИВЫКНУТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ**

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.

Адаптация малыша к детскому саду — это привыкание ребенка

* к новой для него обстановке,
* незнакомым взрослым,
* большому количеству детей.

Каждый ребенок адаптируется по-разному: кто-то быстрее, кто-то медленнее, кто-то легче, кто-то тяжелее.

##  Психофизиологические реакции

 **ребенка в период адаптации.**

-беспокойство;

-страх;

-заторможенность (повышенная

возбудимость);

-капризность;

-раздражительность;

-упрямство.

В зависимости от темперамента, индивидуальных особенностей и п р е д в а р и т ел ь н ы х м е р о п р и я т и й , проводимых родителями в период адаптации, ребенок по– разному п р и в ы к а е т к д е т с к о м у с а д у . Адаптационный период может длиться от 2-3 недель до нескольких месяцев, в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка и реакции родителей.

В период адаптации ребенок может временно утрачивать нетвердо сформированные навыки (пользование горшком, самостоятельная еда и т.д.).

Не волнуйтесь! По мере привыкания к детскому саду навыки восстановятся.

## ПРИЧИНЫ ПРОБЛЕМ АДАПТАЦИИ :

* Главной и основной причиной

проблем в поведении детей в период адаптации является отсутствие у

 ребенка опыта общения со

 взрослыми и детьми.

Чем более узок был круг общения до поступления в ДОУ, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем.

Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения со взрослыми и сверстниками, составляют самую благоприятную группу по характеру поведения и привыкают они к детскому саду сравнительно быстро.

* Отсутствие в семье режима,

совпадающего с режимом детского сада, особенно отсутствие дневного

 сна.

* Наличие отрицательных привычек (сосание соски, укачивание при

укладывании, совместный с

 родителями сон).

* Неумение самостоятельно занять себя игрушкой.
* Несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков,

элементарных навыков самообслуживания.

* Несформированность необходимых навыков самостоятельности.
* Неуверенность малыша в себе.
* Ярко выраженная эмоциональная неустойчивость.
* Наличие психологической травмы, страхов.

##  Гораздо труднее и дольше

 **адаптируются дети:**

* + являющиеся единственными в семье;
	+ чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;
	+ привыкшие к тому, что их капризам потакают;
	+ пользующиеся исключительным вниманием взрослых;
	+ с определенными проблемами развития (в более старшем возрасте);
	+ чьи родители слишком сильно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдать его в детский сад.