Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 67 «Аистёнок»

Старооскольского городского округа

**Консультация для родителей**

**«Роль адаптационного процесса для детей, поступающих в ДОУ»**

Подготовила:

Волобуева А.А..,

воспитатель

2025

Поступление ребёнка в дошкольное образовательное учреждение сопровождается изменением окружающей его среды, режима дня, характера питания, системы поведенческих реакций. Это приводит к необходимости устанавливать социальные связи и адаптироваться к новым условиям жизни.

На процесс адаптации ребёнка влияют:

* достигнутый уровень психического и физического развития;
* состояние здоровья;
* степень закалённости;
* сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками;
* личностные особенности самого малыша;
* уровень тревожности;
* личностные особенности родителей.

Для профилактики эмоционально-стрессовых реакций необходима организация медико-психолого-педагогического сопровождения детей в период их подготовки и адаптации к пребыванию в дошкольном образовательном учреждении.

Чтобы помочь ребёнку адаптироваться в детском саду, нужно следовать некоторым правилам:

1. Максимально приблизьте домашний режим дня ребёнка к тому, по которому он живёт в детском саду.

2. Научите малыша самостоятельно кушать ложкой, пить из кружки, ходить в туалет (или просится).

3. Научите самостоятельно убирать за собой игрушки, вещи.

4. Научите ребёнка самостоятельно одевать и снимать одежду и обувь.

5. Проговорите с ребёнком возможные трудности, к кому он может обратиться за помощью (воспитатель, няня) если он что-то захочет (в туалет, пить или что-то заболит).
6. Важно создать положительный образ детского сада. Если вас что-то не устраивает, не высказывайте своё не довольство при ребёнке. И не поддерживайте его негативное настроение.

7. Эмоционально поддерживайте малыша, подбадривайте (больше общения, ласки, объятий), что бы он не чувствовал себя брошенным. После работы выделите 30мин. своего времени на игру с ребёнком или прогулку.

8. Если ребёнку очень сложно расставаться с вами по утрам, выработайте свою систему прощания (ритуал, игра, 3 раза обнял, 5 раз поцеловал или помахал в окно). И ему будет легче остаться.

9. Не расслабляйте ребёнка на выходных, пускай он и в вашем присутствии делает всё самостоятельно (ест, одевается, раздевается, умывается и т.д.), чтобы для него, каждый раз, это не было стрессом в детском саду.

10. Старайтесь хорошо укреплять здоровье ребёнка в период адаптации (чтобы меньше болеть и не пропускать детский сад). После каждого длительного пропуска, ребёнку снова приходится адаптироваться.

11. Не поощряйте желание ребёнка не идти в детский сад. Это его расслабит, ему будет легче манипулировать вами. Важно не подаваться на провокации со стороны малыша и дать ему понять, что как бы там ни было, а ходить в садик ему придётся. Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете. Твёрдо скажите малышу, что вы его оставляете только на несколько часов, что так надо, что вы его любите и обязательно придёте за ним в определённый час. Сократите «сцену прощания». Как правило, уже через несколько минут после исчезновения родителя ребёнок успокаивается.

12. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу. Необходимое условие успешного протекания этого периода – отказ от чувства вины. Если у вас есть хоть малейшие колебания, ребёнок их «уловит» и ему будет ещё труднее расставаться с вами. Когда вы уходите из детского сада под вопли ребёнка не считайте себя чудовищем.

Ни в коем случае нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в детский сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», - тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста ещё не умеют «держать слово». Лучше ещё раз напомнить, что вы обязательно придёте.

Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдёшь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя обманывать ребёнка, говорить, что вы придёте очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже, полный день. Пусть лучше он знает, что мама придёт не скоро, чем будет ждать её целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку. Помните, важны терпение, последовательность и понимание!

Действия в ДОУ в первые недели периода адаптации, следующие:

В первые 3-5 дней воспитатель проводит анкетирование родителей «Давайте познакомимся». Получение и анализ первичной информации о ребенке и его семье. На второй недели проводится оформление наглядной информации в группах, индивидуальные беседы по адаптации. На 3 -4 неделе воспитатель может провести консультации «Первый раз в детский сад» и «Возрастные особенности детей 1 первой младшей группы».

Выработка единого подхода к воспитанию ребенка, согласование воздействий на него дома и в дошкольном учреждении - важнейшее условие, облегчающее ему адаптацию к перемене в образе жизни.