

## "В детский сад идти пора"

Скажите, пожалуйста, зачем вы отдаете ребенка в детский сад? Какие преимущества детского сада вы видите? (слайд 1 - **презентация вложенным файлом в конце текста**)

Сегодня мы с вами говорим об адаптации ребенка к условиям детского сада. Под адаптацией понимают: (слайд 2)

Психологи выделяют критерии успешной адаптации. Если эти критерии проявляются и наблюдаются в поведении ребенка постоянно, можно говорить об успешном протекании процесса адаптации. (слайд 3)

Помимо учета этих критериев важно знать, что адаптация завершена, если: (слайд 4)

**Адаптация завершается, в среднем, на 4-6 неделю.**

Врачи и психологи различают **три степени адаптации** ребенка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжелую.

При **легкой адаптации** поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается за 1-2 недели. Острых заболеваний не возникает.

Во время адаптации **средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым.

**Тяжелая адаптация** приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. (слайд 5)

И сегодня мы с вами будем говорить о тяжелой или неблагоприятной адаптации.

Существует ряд причин, которые приводят к неблагоприятному процессу протекания адаптации. Вот некоторые из них: (слайд 6)

- **Тревога, связанная со сменой обстановки** (ребенок до 3 лет еще нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и **режима** (ребенку бывает сложно принять правила жизни группы, в которую он попал. В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях, она не была так важна. К тому же личный режим дня ребенка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в детский сад).

- **Отрицательное первое впечатление** от посещения детского сада. Оно может иметь решающее значение для дальнейшего пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.
- **Психологическая неготовность ребенка к детскому саду.** Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития. Чаще всего это происходит, когда ребенку не хватает эмоционального общения с мамой.
- **Отсутствие навыков самообслуживания.** Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду.
- **Избыток впечатлений.** В ДОУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомляться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.
- **Личное неприятие воспитателя.** Такое явление не следует рассматривать как обязательное. Но оно возможно. (слайд 7)

**Итак, ваш ребенок пошел в детский сад. Скажите, пожалуйста, какие изменения в ребенке вы заметили?**

Очень часто родители и воспитатели путают трудности адаптационного периода с особенностями протекания

нормальной, естественной адаптации. Поэтому важно помнить следующие особенности: (слайд 8)

- **Нарушение настроения.**

Слезливость, капризность, подавленное состояние у некоторых детей; возбудимость, гневливость, агрессивные проявления у других (продолжительность от недели до 1,5 месяца).

- **Нарушение сна.**

Дети начинают хуже спать, с трудом засыпают вечером, могут плакать перед сном; утром же их бывает очень трудно разбудить в нужное время. Некоторые дети не могут заснуть днём в детском саду, переутомляются и быстро засыпают вечером. Другие, перевозбужденные, не могут успокоиться до 22-23 часов. Недостаток сна сказывается на самочувствии детей практически сразу и оказывает комплексное влияние на нервную систему (продолжительность от 1 до 2 мес.).

- **Нарушение аппетита.**

Дети начинают плохо есть (причём и дома, и в саду) по той причине, что им предлагают непривычную пищу, новые блюда, незнакомые на вкус. Для детей, привыкших к приёму протёртой пищи в домашних условиях, может

оказаться неожиданной консистенция блюд в детском саду (продолжительность – от недели до 1 мес.).

- **Снижение иммунитета.**

Вследствие стресса у маленьких детей страдает иммунная система, они начинают часто болеть (обычно **ОРВИ, ОРЗ на 5-7-й день**), реагируют на переохлаждение, перегревание, сквозняки гораздо чаще, чем в обычном состоянии; легко заражаются друг от друга (продолжительность – от 2 до 10 месяцев, у некоторых и дольше).

- **Нарушение поведения.**

Дети как бы возвращаются на более ранние ступени развития, хуже играют, игры становятся более примитивными, не могут оторваться от мамы и даже дома, начинают бояться чужих людей. У некоторых наблюдается утрата навыков самообслуживания, гигиенических навыков (не просят на горшок, испытывают затруднения при необходимости помыть руки и т.д.) (продолжительность – от 1 недели до 2 месяцев.) (слайд 9)

Самый удачный период адаптации ребенка считается период от 2 до 3 лет, так как именно в это время ребенок

стремится быть самостоятельным и независимым от взрослых.

Тем не менее, именно на этот период приходится самый важный в жизни дошкольника кризис 3-х лет. Психологи даже не рекомендуют в это время отдавать ребенка в детский сад. **Кризис от 2 лет и 10 мес. до 3,5 лет.**

(слайд 10)

Кризис 3-х лет протекает безболезненно, если родители правильно выстраивают свои отношения с ребенком. Американский психолог Коннер выделяет несколько типов позиций родителей по отношению к ребенку.

(слайды 11, 12)

**Помните! Кризис даёт ребенку самостоятельность, которую мы можем, как убить, так и взрастить и приумножить!**

И напоследок - "Сказка о садовниках". (вложенный файл)