



## Консультация для родителей на тему «Мама не уходи, или в детский сад без слёз»

Если Ваш ребенок первый раз пошел в детский сад, то небольшая консультация обязательно Вам поможет.

Детям любого возраста, очень не просто начинать посещать детский сад. Придя в детский сад, ребенок начинает проходить период адаптации. Вся жизнь ребенка начинает меняться, начиная от режима дня, заканчивая поведением, знаниями, восприятием ко всему новому. В жизни ребенка теперь на период посещения детского сада, будут присутствовать сверстники, где необходимо будет слушаться воспитателя.

Адаптация – это очень сложный процесс приспособления организма, который проходит на разных уровнях: физиологическом, психологическом, социальном.

Адаптация делится на степени тяжести: легкая, средняя, тяжелая.

При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Может присутствовать незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней объем съедаемой пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения с взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается, функциональные изменения едва выражены и нормализуются в течение 2-4 недель. В период легкой адаптации заболеваний не возникает.

При адаптации средней тяжести все нарушения в поведении ребенка выражены более ярко и являются немного длительными. Нарушения сна и аппетита нормализуется не раньше, чем через 20-40 дней. Речевая активность восстанавливается в течение месяца, отмечается значительное снижение двигательной активности на протяжении 25 дней.



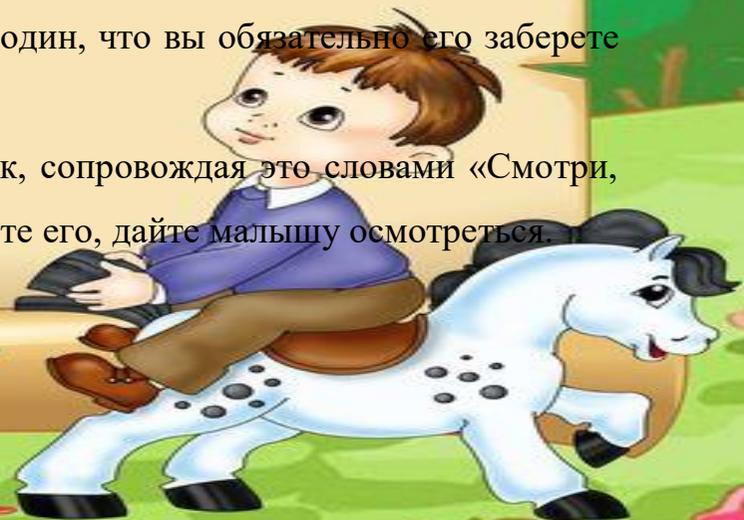
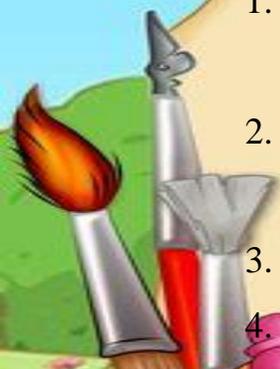
**Тяжелая адаптация** характеризуется значительной длительностью от 2 - х до 6 - ти месяцев. Число таких детей примерно 8-9 %. Характеризуется длительностью и тяжестью проявлений неадекватного поведения, граничащего с невротическими состояниями. Наблюдается длительное снижение аппетита его восстановление начинается не раньше, чем на третьей неделе, иногда и позже, нарушается сон. Ребенок медленно засыпает, пробуждаясь, начинает плакать.

Родителям нужно помнить, что ребёнку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду. Длительность адаптации ребёнка, так же во многом зависит от поведения родителей.

Как же облегчить адаптацию ребенка в детском саду, как помочь освоиться в детском саду?

Предлагаю ознакомиться с простыми правилами по адаптации.

1. Прежде всего, постарайтесь научить малыша самостоятельно знакомиться с другими детьми при помощи таких фраз: «Как тебя зовут? Можно с тобой поиграть?»
2. Учить ребенка, как правильно нужно постоять за себя, делиться, но знать, что свое, а что – чужое. Как можно попросить поиграть чужой игрушкой, как попросить помощи у воспитателя.
3. Отправляясь, первый раз в сад, напоминайте себе, что с ребенком не чего плохого не случится.
4. Дома спокойно объясните малышу, что там он, как все дети, останется один, что вы обязательно его заберете его после прогулки, обеда, сна и т. д.
5. Придя в детский сад, осмотрите раздевалку, покажите малышу шкафчик, сопровождая это словами «Смотри, какой у тебя красивый шкафчик!» Пока ребенок осваивается, не тормошите его, дайте малышу осмотреться.



- 
6. Во время прощания с ребенком, родители всегда должны демонстрировать хорошее настроение, чувствовать себя уверенно, общаться с ребенком только доброжелательным тоном и обязательно уточнить, когда заберут его домой.
  7. Пообещав ребенку забрать его в определенное время, лучше подстрахуйтесь и придите раньше. Опоздание к условленному сроку – самое худшее, что может быть в этот период, ведь ребенок будет очень ждать Вас, может сильно расстроиться .
  8. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
  9. Эмоционально поддерживайте ребенка: чаще обнимайте, поглаживайте, напомните ему как сильно вы его любите.
  10. Будьте терпимее к его капризам. При явных выраженных невротических реакциях, ярко выраженном гневе, оставьте ребенка дома.

Мы же, воспитатели в своей работе во время адаптации ребенка используем все методы и приёмы, чтобы ребенок, который пришел первый раз в группу, чувствовал себя не брошенным мамой или папой, а заинтересованным в познании чего-то нового, необычного. Создаем атмосферу дружелюбную, что бы ребенок чувствовал, что его тут ждут и ему будет очень интересно.

Я думаю, что с вашей помощью мы найдем ключик к Вашему ребенку.

