

## Консультация для родителей:

### «Адаптация к дошкольному учреждению»

*Елена Николаевна Писклова,  
педагог-психолог МАДОУ МО  
г. Краснодар «Детский сад № 138»*

**Адаптация** – это приспособление организма к новой среде. Для ребенка детский сад является новым, еще неизвестным пространством, с новой средой, новыми взаимоотношениями, новыми впечатлениями.

#### **Признаки дезадаптации ребенка:**

- *Несформированность положительного настроения на посещение детского сада.* Важно сформировать у ребенка позитивное ожидание будущих изменений. Часто родители с сочувствием и тревогой относятся к посещению ребенком детского сада. Вследствие такого отношения ребенок тоже начинает страдать, капризничает, отказывается посещать ДОО. Иногда родители запугивают ребенка посещением садика. Также бывают и такие семьи, где родители совсем не готовят малыша к посещению детского учреждения, ничего не рассказывают о том месте, где он будет находиться большую часть времени. Их дети даже не подозревают, что их ждет в садике, и, вследствие чего, с большой тревогой и опаской остаются в новом для себя пространстве с незнакомыми людьми, что, безусловно, затягивает адаптационный период.
- *Несформированность навыков самообслуживания.* Часто родители, экономя время, спешат накормить, одеть ребенка, сдерживая этим формирование у него практических умений и навыков – дети не умеют самостоятельно одеваться, пользоваться туалетом.
- *Отсутствие общения со сверстниками.* В некоторых случаях родители сознательно ограничивают общение ребенка с ровесниками, чтобы оградить его от дурного влияния, инфекций и т.д. Как следствие, получают сложную социализацию, конфликтность, неумение попросить, подождать, делиться.
- *Несоответствие домашнего режима режиму детского учреждения.* Если режимы кардинально отличаются во времени и последовательности режимных моментов, ребенок в саду будет чувствовать дискомфорт и долго привыкать к новым условиям.

### ***Советы родителям по правильной адаптации ребенка к детскому саду:***

- Сформируйте у себя положительное отношение к детскому саду, настройте себя на то, что ребенку здесь будет хорошо, он будет окружен вниманием и заботой.
- Избегайте любых негативных разговоров в семье о детском саде в присутствии ребенка, поскольку они могут сформировать у него негатив по отношению к дошкольному учреждению.
- Создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье. Ограничьте пребывание в многолюдных местах: торговых центрах, детских площадках. Во время адаптации к ДОО старайтесь не принимать у себя в гостях большие шумные компании.
- Заранее позаботьтесь о том, чтобы распорядок дня ребенка дома был приближен к распорядку дня в детском саду (ранний подъем, время дневного сна, приема пищи, прогулки).
- Ознакомьтесь с режимом питания и меню в детском саду.
- Учите ребенка принимать в пищу не перетертые блюда, пить из чашки, приучайте держать ложку.
- Отучите ребенка от подгузников. Воспитывайте у него потребность проситься в туалет.
- Учите ребенка узнавать свои вещи: белье, одежду, обувь, носовой платок.
- Учите играть игрушками. Скажем, куклу можно кормить, баюкать, качать; пирамидку собирать, разбирать.
- Приучайте ребенка после игры класть игрушки и книжки на свои места.
- Играйте дома в детский сад с куклами: покормите их, почитайте сказку, поведите на прогулку, положите спать.
- Воспитывайте у ребенка позитивный настрой и желание общаться с другими детьми.
- Подготовьте и подпишите для малыша индивидуальные вещи: обувь и одежду для группы, 2-3 комплекта сменного белья, чешки для музыкальных занятий, носовой платок.
- Сообщите медицинской сестре о состоянии здоровья вашего малыша.

Использованные источники:

Сайт: <https://detivsadu.ru/>