

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 512

Круглый стол для родителей

Тема: "Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения"

Подготовила: Буслаева Е.А.

Екатеринбург, 2025

Цель: познакомить и расширить представления родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям детского сада о факторах, влияющих на успешную адаптацию и их готовности эмоционально поддержать малыша в адаптационный период.

Задачи:

1. Установить контакт между родителями и педагогом-психологом, воспитателями группы в ДОУ.
2. Познакомить родителей с понятием “адаптация”.
3. Дать знания о проблеме и вариантах адаптации к условиям детского сада.
4. Способствовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.
5. Дать родителям рекомендации, направленные на их помощь ребенку в период адаптации к ДОУ.

Форма проведения собрания: круглый стол.

Материалы и оборудование: компьютер, презентация, ножницы, журналы, карандаши, ручки.

Ход выступления

Здравствуйте, уважаемые родители! Мы очень рады видеть Вас в нашем дошкольном образовательном учреждении!

Во время первой нашей встречи хочется, чтобы состоялось знакомство, которое позже, надеюсь, перерастет в теплые дружеские отношения. Для этого я предлагаю, Вам сыграть в одну простую игру «**Будем знакомы**» (Цель: Способствовать сближению участников группы, формирование атмосферы дружбы) С помощью, которой мы познакомимся.

Всем родителям предлагает встать в круг. Начинает игру психолог:

Свое имя назови,

Соседу руку протяни,

И улыбку подари.

Называя своё имя, психолог берет за руку родителя, стоящего рядом, тем самым передавая эстафету ему. Далее по кругу. По окончании игры образуется замкнутый круг, т.е. все присутствующие держаться за руки. Психолог говорит о том, что закрытый круг и крепко сцепленные руки символизируют то, что нас объединяет одна цель-воспитание малышей и помощь им на новом этапе их жизни. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами, взрослыми, должны установиться дружеские, партнерские отношения. И мы хотим, чтобы вы вот так все рука об руку стали одной большой дружной семьей.

Присаживайтесь на свои места.

Мы с вами поиграли, познакомились, а теперь с веселой улыбкой и хорошим настроением переходим к серьезным вопросам.

Психолог: Уважаемые родители, скажите пожалуйста, какие у Вас возникают ассоциации при слове «адаптация»? (*Родители называют свои ассоциации*).

Психолог: Полностью с Вами согласна! Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, к изменяющимся внешним условиям, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Как же помочь своему ребенку в период адаптации?

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие капризничают и плачут перед входом в группу.

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. В привычный, сложившийся жизненный уклад ребенка в буквальном смысле этого слова врываются следующие изменения:

- четкий режим дня;
- отсутствие родных рядом;
- длительный контакт со сверстниками;
- необходимость слушаться и подчиняться незнакомому взрослому;
- резкое уменьшение персонального внимания именно к нему;
- особенности нового пространственно-предметного окружения.

Как протекает адаптационный период? Для начала нужно отметить, что каждый ребенок индивидуально проживает этот нелегкий период. Одни привыкают быстро – за 2 недели, другие дети дольше – 2 месяца, некоторые не могут привыкнуть в течение года

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка:

- **Тревога, связанная со сменой обстановки.** 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.
- **Режим.** Ребенку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы. В детском саду приучают к определенной дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна.
- **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.
- **Неумение занять себя игрушкой.**
- **Наличие у ребенка своеобразных привычек.** Сосать соску, ходить с подгузниками, пить из бутылки. Если избавиться от этих привычек до начала посещения детского сада, то адаптация ребенка пройдет более гладко.

Психолог: Мы с вами познакомились, а теперь предлагаю вам рассказать о вашем ребенке.

Упражнение «Ласковые слова»

Психолог: Сейчас я вас попрошу взять ручки и написать на шаблоне солнышка, в середине имя и фамилию ребенка, а на стороне лучиков, написать ласковые слова, как ласково вы называете его дома? Так и мы их будем называть в группе. Ваши солнышки вы повесите на весенние веточки, которые стоят в вазе в середине стола. Пусть эта творческая совместная работа будет первой нам подсказкой и помощью при приходе ваших детей в детский сад.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка.

Чего нельзя делать ни в коем случае!

- Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно неэффективно. Дети этого возраста пока не умеют держать слово. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.
- Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.
- Нельзя сбегать с детского сада, не попрощавшись с ребенком и не сообщив ему, что вы уходите.

Часто мамы видя, что ребенок увлекся игрой, тихонечко, чтобы его «не вспугнуть», сбегает, не попрощавшись с ребенком. Теперь представьте себе, что чувствует маленький ребенок, мама которого вдруг исчезла непонятно куда, не попрощавшись, и неизвестно, когда она придет и придет ли вообще. Это для ребенка все равно, что потеряться в огромном супермаркете. Он будет ужасно напуган, охвачен страхом и тревогой. Никогда не уходите незаметно.

У ребенка возникает ощущение, что теперь мама может внезапно исчезнуть в любой момент его жизни, не предупредив и не попрощавшись с ним, то есть он может маму попросту потерять. И он буквально «прилепляется» к ней и

психологически и физически на долгие месяцы, боясь упустить ее из виду. Ребенок впадает в истерику при малейшем упоминании о садике, не говоря уже о том, чтобы туда идти.

- Нельзя оставлять малыша в детском саду в первые дни больше 2-х часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. Затем с утра и до обеда, потом с обедом. Через некоторое время оставить на дневной сон и после сна забрать. Затем уже оставлять на целый день. По прошествии 2-3 недель, учитывая желание малыша, можно оставлять на целый день.
- Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит остаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет нескоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.
- Нельзя демонстрировать ребенку своё волнение и беспокойство. Оно передается вашему малышу. Будьте спокойны.

Способы уменьшить стресс ребенка.

- Необходимо заранее создавать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прием пищи), соответствующий режиму ДОО.
- Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром. Ребенку, который привык ложиться спать после 22.00, крайне сложно будет просыпаться в 7 утра. А в садик, как правило, нужно вставать очень рано. Вспомните, как чувствует себя ваш малыш, когда он не выспался? Он трет глазки, капризничает, сам не понимает, чего хочет, становится плаксивым.
- В выходные дни придерживаться режима дня, принятого в ДОО, повторять все виды деятельности.
- Сократите просмотр телевизионных передач. Этим вы уменьшите нагрузки на нервную систему.
- Просыпайтесь сами и будите малыша заранее, чтобы у вас было достаточно времени на неспешные сборы, чтобы вы могли уделить внимание малышу. Все это так важно для хорошего настроения у вас обоих! Выходите в садик тоже заблаговременно, с большим запасом времени, чтобы вы не нервничали по дороге сами и могли настроить вашего ребенка на позитивный лад.
- Если процесс расставания с мамой проходит очень болезненно. Пусть первое время ребенка в садик отводит папа или кто-то близкий, но не мама. Чтобы легче ребенок переживал, прощание.
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку.
- Каждый день необходимо спрашивать у ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как именно родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к ДОО.
- Хвалите ребенка за хорошие поступки в детском саду. Будьте терпеливы.

- Постоянно напоминайте ребенку о своей безусловной любви к нему.
- Сообщите воспитателю о личных особенностях малыша. Это поможет воспитателю найти индивидуальный подход к вашему ребенку.

А сделать это я вам предлагают с помощью такого упражнения составление коллажа, **«Какой он, мой ребенок?»**

Психолог: Перед вами на столе лежат множество подручных средств (журналов, открыток, цветной бумаги, и т.д.) из которых предлагается создать коллаж на тему **«Какой он, мой ребёнок?»**. Время на выполнение 15 мин., после чего желающие презентуют свои работы. Во время создания коллажа можно включить музыку.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к ДООУ – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддержать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Помните!!!

Каким бы замечательным не был детский сад, какие бы профессионалы в нем не работали, никто не поможет вашему ребенку лучше, чем вы. Если малыш будет твердо знать, что в конце дня его ждет любящая семья.

Рефлексия:

Психолог: Я предлагаю, проанализировали сегодняшнее собрание. Перед вами стоит шкатулка, и лежат фишки разных цветов. Каждый цвет символизирует ваше отношение к данному мероприятию. Розовая фишка обозначает «мне очень понравилась тема собрания и та информация, которая на нем была». Голубая фишка обозначает «собрание оставило смешанные чувства». Зеленая фишка обозначает «мне не понравилось собрание». Просим Вас опустить в шкатулку тот кружок, который описывает ваши впечатления от собрания.

Уважаемые родители! На этом наше собрание заканчивается. Большое спасибо, что пришли! Надеюсь, что время, проведенное вместе, было интересным и полезным. Спасибо за участие. А чтобы вы могли вспомнить некоторые рекомендации, которые вы получили на нашей встрече, мы для вас приготовили памятки.

До свидания!