**Родительское собрание в группах раннего развития**

Здравствуйте, уважаемые родители! Я педагог – психолог этого детского сада Моличенко Анна Олеговна. Тема нашей встречи *«Адаптация ребёнка к детскому саду».* Для начала я попрошу выйти сюда одного родителя. Проводится упражнение «Ощути чувства своего ребенка».

**Упражнение**

*Психолог даёт в руки родителя мячик и просит держать его, говоря при этом: «Это дневной сон в определенное время», следующий мячик «Это чужие тёти и отсутствие мамы», следующий мячик «Познавательные занятия», следующий мячик «Неизвестные дети», «Ранний подъем». Когда родителю тяжело будет удержать все мячики разом, психолог сообщает о том, что именно такой груз обрушивается на вашего ребенка, когда он только приходит в детский сад, ему так же тяжело принять всё сразу и задача КАЖДОГО родителя и воспитателя помочь справиться с новой ролью для малыша-дошкольника.* Спасибо за участие!

Всем Вам известно, что я проводила наблюдение в вашей группе. Целью моего наблюдения было определение особенностей привыкания детей к условиям дошкольного образовательного учреждения. ЛИСТЫ АДАПТАЦИИ! В процессе наблюдения я фиксировала следующие показатели психического здоровья ребёнка:

* эмоциональное состояние;
* социальные контакты со взрослыми и детьми;
* познавательная и игровая деятельность;
* реакция на изменение привычной ситуации.

**.Основные особенности нормально текущего периода адаптации.**

**1.Нарушения настроения.**

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

**2. Нарушения сна.**

Дети очень часто 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 днем в детском саду, переутомляются и быстро засыпают вечером. Другие, перевозбужденные, не могут успокоиться до 22–23 ч. Недостаток сна сказывается на самочувствии детей практически сразу и оказывает комплексное негативное влияние на нервную систему (продолжительность – от 1 до 2 месяцев).

**3.Нарушения аппетита.**

Дети начинают плохо есть (причем и дома, и в саду) по той причине, что им предлагают непривычную пищу, новые блюда, незнакомые на вкус. Для детей, привыкших к прие­му протертой пищи в домашних условиях, может оказаться неожиданной консистенция блюд в детском саду. В сочетании с повышенной нервной возбудимостью некоторых детей это может привести к кратковременным желудочно­кишечным расстройствам – рвоте, болям в животе, икоте, иногда – к пищевой аллергии (продолжительность – от 1 недели до 1 месяца).

**4. Понижение иммунитета.**

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

**5. Нарушение поведения**

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

Широко распространена и другая ситуация – ребенок замечательно ведет себя в детском саду, но, придя домой, начинает проявлять немотивированную агрессию и устраивать беспричинные истерики.

 Отнеситесь ко всем этим явлениям с пониманием. Ребенок ведет себя так не назло вам, а просто потому, что он переживает сильнейший стресс. Родительская любовь и внимание **способствуют скорейшей адаптации ребенка** в детском саду.

1. **3.Фазы адаптационного периода.**
2. В зависимости от длительности  адаптационного периода  различают три степени приспособления  ребёнка к детскому саду: легкую (1-16 дней), среднюю (16-32), тяжёлую (32-64 дня).
3. **При лёгкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течение двух недель. Аппетит восстанавливается уже к концу первой недели, через 1-2 недели  налаживается сон. На­строение бодрое, заинтересованное, в сочетании с ут­ренним плачем. Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребенок поддается ритуалам прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к окружающему восста­навливается в течение двух недель при участии взрос­лого. Заболе­ваемость не более одного раза, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вес без изменений.
4. **Средняя степень адаптации**. Нарушения в общем состоянии выражены ярче и продолжительнее. Сон восстанавливается лишь через 20—40 дней, качество сна тоже страдает. Аппетит вос­станавливается через 20—40 дней. Настроение неустой­чивое в течение месяца, плаксивость в течение всего дня. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в ДОУ. Отношение его к близким — эмоционально-возбужденное (плач, крик при расстава­нии и встрече). Отношение к детям, как правило, без­различное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется, либо речевая активность замед­ляется. В игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная. Отношение к взрослым избирательное. Заболеваемость до двух раз, сроком не более десяти дней, без осложнений. Вес не изменяется или несколько снижается. Появляются признаки невро­тических реакций: избирательность в отношениях со взрослыми и детьми, общение только в определенных условиях. Изменения вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щечки, шелушение кожи (диатез) — в течение полуто­ра-двух недель.

Рекомендации:

-Необходимо поддерживать и в выходные такой же режим дня, как и в детском саду!

-Когда ребенок находится вне детского сада, родителям нужно стараться посвящать ему как можно больше времени - гулять, играть, разговаривать.

-В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте ребенка.

-  Избегайте вопросов: «Что вы сегодня делали? Что вы ели? Как ты себя вёл? Спросите: «С кем ты сегодня играл? О ком вам читали книжку? Вы сегодня рисовали? На завтрак была каша или яичко?».  И т.д.

- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой; проситься на горшок. Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста.

- Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

 Если вы заметили, что после того, как ребёнка в детский сад привел папа(мама, бабушка и т.д.) и ребенок пошел в группу уверенней и позитивней, то необходимо по возможности доверить этот процесс ему(ей).

СОЧИНЯЙТЕ СКАЗКИ!

***Задача родителей в период адаптации ребёнка к детскому саду – быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми. Радоваться при встрече с ребёнком, говорить приветливые фразы: «Я по тебе соскучилась», «Мне хорошо с тобой». Обнимайте ребёнка как можно чаще!***