

## Конспект группой консультации для родителей ранних групп.

**Тема:** Адаптация, возрастные особенности.

**Цель:** формирование представления у родителей о таком процессе, как адаптация к детскому саду детей от 2 – 3 лет.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей с понятием и самим процессом адаптации.
2. Рассказать об основных моментах, которые происходят в адаптационный период, что родителям необходимо соблюдать, чтоб сам процесс для ребенка был не таким болезненным.
3. Напомнить родителям про возрастные особенности детей данного возраста и что необходимо развивать.

**Ход беседы:**

Уважаемые родители! Детский сад – новый период в жизни не только ребёнка, но и вас – взрослых. Вам предстоит прожить вместе несколько лет. Давайте поговорим об адаптации ребенка к детскому саду.

Поступления малыша в детский сад - это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям даётся легко. Период адаптации – сложный период и для ребёнка, и для его родителей, которые переживают за него, сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: на психологическом, физическом и социальном уровне.

**Адаптация** – это приспособление к новым условиям.

**И что же важно знать и учитывать в период адаптации.**

**Во - первых** – для ребенка и взрослого это огромный стресс, так как посещая детский сад ребенок сталкивается с новой обстановкой, правилами, чужими людьми таким образом он чувствует себя незащищённым, как это было дома.

Для устранения чувства дискомфорта и неизвестности родителям желательно до поступления ребенка в сад провести экскурсию: посмотреть группу, участок на детей и воспитателей, показать картинки и фотографии про детский сад. Рассказать ребёнку, что его там ожидает, проиграть вместе дома в игру: «Детский сад» со всеми режимными моментами (когда приходят, кушают, гуляют, лежатся спать и идут домой).

Вечером прийти в детский сад и показать ребёнку, что дети гуляют, и за ними приходят родители, кого раньше забирают, а кого позже.

**Во – вторых** чтоб ребенок чувствовал себя уверенно, до поступления в детский сад родители обязаны отучить от бутылочек, пустышек, обучить ребенка культурно – гигиеническим навыкам, а это: одеваться, раздеваться, умение пользоваться ложкой, пить из кружки, проситься в туалет, мыть ручки, пользоваться полотенцем. Умение занять себя – это играть, попросить, спросить. Это очень важно от неумения чего – либо ребенок будет себя чувствовать неуверенно, будет плакать и капризничать.

Поэтому заранее родителям нужно побеседовать с воспитателем об особенностях ребенка: как его называть, в какие игры любит играть, как лучше отвлечь и так далее.

**Как ребенка одевать?**

Одежда должна быть легкой, удобной, чтоб ребенку не затруднительно было одеть и снять ее (сандалии на липучках, рубашки и футболки не на пуговицах, тугие штаны или колготки обычные, которые не тянутся).

**Что можно взять ребенку в детский сад? Как вести себя родителям?**

Любимую игрушку – пусть она его сопровождает весь день. Разрешайте дома вставать вместе с ней, умываться, одеваться. Дома с этой игрушкой проигрывайте ситуацию, например: «Зайчик уже проснулся и ждет тебя, когда вы вместе пойдете в сад», скажите от имени игрушки, что он очень хочет в сад, там ждет его друг мишка и скучает по нему.

Одеваться в сад, не спеша, заранее приготовьте одежду, которую оденете, а то иначе ребенка спешкой настораживаете и нервируете.

По дороге в сад не бегите, а разговаривайте с ребенком об окружающем, замечая все на своем пути, таким образом, немного отвлекете его.

Придя в сад, не спешите сразу уходить или же задерживаться, обязательно придумайте ритуал прощания – скажите что любите, похвалите, обнимите и обязательно предупредите, что вечером заберете его домой.

Уходить родителям нужно уверенно и сохранять спокойствие, так как ребенок чувствует ваше состояние. Не поворачиваясь, не задерживаться и не заглядывать в двери или окна. Старайтесь в первый месяц адаптации ребёнка забирать не поздно, так как он еще слаб и устает от новой обстановки.

### **Изменения в период адаптации. Что необходимо соблюдать?**

В период адаптации у детей происходят изменения: часто начинает болеть, плохо спит по ночам, перестает пользоваться горшком, не ест самостоятельно, капризничает, привлекает постоянно и требует внимание к себе, проявляются вспышки агрессии (дерется, кусается) либо замыкается в себе, плохо начинает говорить. Главное в такой ситуации родителям сохранять спокойствие, отнестись с пониманием и терпением, все пройдет и встанет на свои места.

### **Что важно?**

После сада постарайтесь отложить свои дела и уделить внимание ребенку 20-25 минут (почитать книги, поиграть в спокойные игры, погулять на улице).

Соблюдать дома режим даже в выходные дни. **Главная задача** приблизить условия дома к условиям детского сада. Ребенку будет легче находиться в привычных для него условиях. Не высказывайтесь при ребенке лестно о детском саду или воспитателе, тем самым не формируйте у ребёнка негативное представление - ребенок слышит, что вы говорите. Если что – то вас не устраивает, решайте вопросы с воспитателем индивидуально и спокойно. Сохраняйте дома спокойную и доброжелательную обстановку, меньше повышайте голос, как можно реже говорите ребенку «нельзя», лучше не провоцировать на каприз, а отвлекать внимание на что – то интересное и полезное. Во время адаптации исключите прогулки в общественные места (парки, театры, цирки, большие магазины), так как ребенок находится в состоянии стресса, и в этот период создайте условия комфорта, тихой и спокойной обстановки.

### **Стадии адаптации:**

**Легкая степень** – ребенок приспосабливается около месяца.

**Средняя степень адаптации** – ребенок приспосабливается около 1,5 -2 месяца.

**Тяжелая степень адаптации** - когда ребенок в течение 3 – х месяцев и после постоянно болеет, плачет, плохо отвлекается, не играет, плохо ест и спит.

Период адаптации проходит от 1 до 3 месяцев.

Период адаптации проходит постепенно, для того чтоб ребенок смог адаптироваться, привыкнуть к новым условиям без вреда для физического и психического здоровья.

### **Возрастные особенности детей 2-3 лет.**

В 2-3 годика ребенок - это уже маленькая личность! Он сознательно произносит "я": "Я хочу/не хочу, я буду/не буду!". Он узнает себя в зеркале и на фотографии. Малыш становится иногда упрямым. Часто это происходит от того, что его не поняли, оскорбили. Нельзя наказывать несправедливо ребенка, т.к. он становится обидчивым. Этот период жизни психологи называют кризисным. Тем не менее, у ребенка повышается работоспособность нервной системы, увеличивается выносливость. Малыш иногда может сдерживать свои эмоции и не плакать, даже если ему больно. Он становится более терпеливым и может дольше заниматься одним делом без отвлечений. Теперь ему трудно переключаться с одного вида деятельности на другой. Например, сразу прекратить игру, чтобы пойти поесть, или быстро ответить даже на хорошо знакомый вопрос. Успокоить ребенка этого возраста отвлечением его внимания становится трудно.

В этом возрасте малыш еще не может управлять собой по собственному желанию, его поведение носит большей частью непроизвольный характер. Он очень эмоционален,

однако его эмоции непостоянны, его легко отвлечь, переключить с одного эмоционального состояния на другое. Активно развивается речь ребенка.

**Двигательное развитие** качественно улучшается: появляется большая согласованность в умении управлять своим телом. Обратите внимание: на третьем году жизни активно развивается тонкая моторика, что позволяет ребенку самостоятельно одеться, раздеться, умыться, рисовать карандашом, застегивать пуговицы, есть аккуратно и пользоваться столовыми приборами.

**Словарный запас** к трем годам достигает 1200-1300 слов. Ребенок употребляет почти все части речи, хотя не всегда правильно. Однако родители должны тактично поправлять ребенка. Звукопроизношение становится более совершенным. Характерной особенностью речи ребенка двух-трех лет является постоянное проговаривание, сопровождение речью всех действий, игровых ситуаций.

Основным **развивающим видом деятельности** ребенка является игра. К концу третьего года жизни любимыми играми детей становятся ролевые игры. Ребенок принимает на себя определенную роль, изображая маму, папу, воспитательницу детского сада, и в точности повторяет характерные им позы, жесты, мимику, речь. Ролевая игра в жизни любого ребенка - показатель новой ступени в умственном развитии.

Среди **мыслительных операций** важнейшими являются: называние цвета, величины, формы, расположения предмета в пространстве (близко, далеко); выделение основных свойств предмета (форма, величина, цвет); группировка предметов одного цвета, формы, размера; сравнение по цвету, форме, размеру, весу, по времени (сегодня, завтра, вчера, поздно, потом, сейчас); координация движений рук и зрения; формирование числовых представлений (много, мало, один, два, меньше, больше).

В **общении со взрослым**, чтении, играх и развивающих упражнениях ребенок все более обогащает свои представления о мире и получает знания: о явлениях природы - светит солнце, идет снег, дождь, гремит гром, на небе тучи; сегодня тепло, холодно, жарко и др.; о животном мире - не только различает и называет домашних животных, но и имеет первичные представления о них; о растительном мире - различает и называет цветок, дерево, траву, лист и др.; о некоторых трудовых действиях - пилить дрова, копать землю, мыть посуду, пылесосить ковер и т.д.

Ребенок трех лет **запоминает и правильно выполняет** четыре-пять действий подряд, названных взрослым (подойти к столу, взять карандаш, принести его и положить на стол). Так же хорошо отвечает на вопросы, повторяет фразу из 6-7 слов, а также повторяет три цифры подряд. В три года малыш может после показа взрослого нарисовать круг, крест, человечка, правда пока без туловища. Следует заметить, что успехи в рисовании очень сильно зависят от обучения: если ребенок никогда раньше не видел карандаш, он вряд ли выполнит задание. Не забывайте, что в общении со взрослыми ребенок трех лет должен здороваться и прощаться, употреблять слова, выражающие просьбу, благодарность. Проявлять внимание, сочувствие к другим детям (отзываться на просьбу другого ребенка, помогать ему), т.е. развиваться воспитанным малышом.

В возрасте 2-3 лет детям важно *много двигаться*, потому что через движение он развивает и познает свое тело, а также осваивает окружающее пространство.

Важно *освоить мелкие движения пальчиков* через игры с мелкими предметами, потому что развитие мелкой моторики у детей тесно связано с развитием мозга и речи, а в дальнейшем с навыками письма.

Ребенку важно как можно шире *осваивать речь*, для развития мышления, выражения мыслей и для установления контакта ребенка с миром. У ребенка в этом возрасте быстро

растет словарный запас, причем количество произносимых слов всегда меньше, чем количество понимаемых.

Особо важным для детей в этом возрасте является игра. Ребенку важно *играть*, поскольку именно в игре начинают активно развиваться восприятие, воображение, мышление, память. Через игру малыш осваивает окружающий мир, познает законы взаимодействия.

Не стоит забывать, что ребенку необходимо продолжать выстраивать *отношения со взрослыми*, так как ребенок в этом возрасте очень зависим от родителей, эмоционально на них настроен, нуждается в поддержке, участии, заботе и безопасности. Он ждет от взрослого непосредственного участия во всех его делах и совместного решения почти любой стоящей перед ним задачи. Сверстник пока еще не представляет для ребенка особого интереса, дети играют «рядом, но не вместе». Необходимо помогать ребенку в тот момент, когда у него что-то не получается, поскольку ребенок в 2—3 года может реагировать на неудачи слезами, злостью, криками, бросание предметов.

Детям в 2 года важно иметь *достаточно времени* для того, чтобы что-то выбрать. Все его желания обладают одинаковой силой: ему хочется всего и сразу, ребенку трудно принять решение, что выбрать в данный момент. И ребенку в этом возрасте важно только то, *что происходит прямо сейчас*. Ребенок эмоционально реагирует лишь на то, что непосредственно воспринимает. Он не способен огорчаться из-за того, что в будущем его ожидают неприятности или радоваться заранее тому, что ему еще не скоро подарят.

Дорогие родители, *вам как его родителям ребенка 2-3 лет важно* знать и понимать, что энергичный и активный ребенок — это естественно, хотя временами утомительно. Поэтому вам нужно быть готовыми к этому и по возможности организовывать безопасное пространство, в котором малыш мог бы беспрепятственно использовать свою энергию для подвижных игр. Помните, что соблюдение разумной безопасности не должно лишать малыша возможности открытия нового и интересного. Ваша родительская тревога не должна замещать возможности развития для вашего ребенка, которое происходит в этом возрасте через постоянное исследование нового. Будет хорошо, если именно вы хотя бы иногда будете его партнером по игре.