

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение муниципального образования город Краснодар  
«Центр развития ребенка – детский сад № 232»**

**Консультация для родителей  
«Адаптация детей младшего возраста к  
детскому саду»**

**Составитель:  
Шарковская И.В.  
Голенчук И.В.  
г.Краснодар 2022**

**2022г.**

## «Адаптация детей младшего возраста к детскому саду»



Адаптация детей к детскому саду- дело весьма нелегкое и для родителей, и для детей. Одному ребенку требуется два дня, чтобы разобраться в новой обстановке, другому- несколько месяцев.

Адаптация к детскому саду в возрасте 3-4 лет длится от 2-3 недель до 2-3 месяцев.

Как помочь 3-4 летнему малышу быстрее привыкнуть к дошкольному учреждению? Как сделать переход болезненным? И воспитателю, и родителям необходимо хорошо знать возрастные особенности ребенка 3-4 лет.

### **Правила поведения родителей детей 3-4 лет:**

Родители должны спокойно объяснять необходимость посещения детского сада. Можно в разговоре с малышом сравнить смену условий жизни с работой: постоянная ежедневная обязанность. Родители не должны показывать детям напряженного психологического состояния. Нельзя нервничать, ругать за слезы, капризы. Дети ярко чувствуют настроение взрослых, их душевные переживания. Посещать детский сад нужно регулярно, без необоснованных пропусков. Нерегулярное посещение приводит к стрессам, нарушениям психики ребенка. Ребенок осознает, что можно манипулировать взрослыми и в результате остаться дома. Адаптация в каждый новый заход будет более сложной, болезненной. Должны быть единые требования дома и в саду. Это касается гигиенических процедур, режима дня. Утренний подъем, вечерний отход ко сну, дневной отдых - все должно совпадать.

Дошкольника нужно хвалить, показывая ему, что ему дает детский сад, как много нового он узнает там.

Необходимо вселить в малыша уверенность, что время пребывания в саду ограничено. Чаше ребенок боится, что его забудут и не заберут домой. Такие страхи следует сразу искоренять

Следует проговаривать, что ребенок любимый, за него беспокоятся, переживают, но очень хотят, чтобы он нашел друзей, стал умным и коммуникабельным. Тогда истерик станет меньше.

Детский сад - это своя особая система питания. Родители должны понимать, что все блюда подвергаются тщательной обработке. Главное требование - безопасность и калорийность. В рационе детских организаций нет жареных блюд, деликатесов, полуфабрикатов.

Основу рациона составляют каши, творожные запеканки и сырники, омлет, различные котлеты (мясные, куриные и рыбные, тушеные овощи и, конечно, супы.

Детям, чей рацион питания приближен к питанию в детском саду. Адаптация проходит легче. Если ребенок видит на тарелке более-менее привычную пищу, он быстрее начинает кушать в саду, а еда и питье – это залог более уравновешенного состояния.

Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: приучайте его самостоятельно есть, мыть руки и вытирать их полотенцем, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду. Научите малыша отличать лицевую и изнаночную сторону одежды, переднюю и заднюю часть. Если ребенок берет одежду и старается надеть её сам, то не мешайте ему, не пытайтесь сделать все за него! Если же наоборот, малыш не проявляет желания одеваться самостоятельно, то стимулируйте его. Например, наденьте ему носочки, но не до конца, и предложите самому подтянуть их повыше. Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять. Вместе одевайте и раздевайте игрушку. Устройте соревнование, кто быстрее наденет носки, футболку, свитер. Подыграйте малышу, уступив ему первенство. Ваш «Чемпион» придет в восторг, а заодно и потренируется в самостоятельном одевании.

В выходные дни соблюдайте дома приблизительно такой же режим, как в детском саду.

Детский сад - это только первый коллектив в жизни ребенка, в дальнейшем их будет еще много, к каждому придется привыкать. Не всегда рядом окажутся помощники, поэтому воспитание характера, умение переживать трудности в 3 - 4 летнем возрасте, станет основой взрослых умений общаться и вживаться в новый коллектив, приспосабливаться к новым условиям.

В любом случае важно помнить о значении коллектива в воспитании ребенка. Малыш проводит в саду большую часть дня. Он играет, общается, получает различные умения и знания. Детский сад дает систематизированные знания и умения, которые не всегда могут дать родители.

Человеку необходимо общество и общение для полноценного развития его личности, основы общения в социуме закладываются дошкольном учреждении.

Уважаемые родители! Желаем Вам терпения, а деткам быстрее преодолеть этот период.