**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –**

**детский сад № 296**

**620135, г. Екатеринбург, ул. Красных командиров, 14,**

**Тел.: 349-37-12 (352-12-22), эл. адрес: detsad296@.mail.ru**

***Конспект родительского собрания на тему:***

***«Адаптация  малышей  в  дошкольном образовательном  учреждении. Советы  родителям.»***

Составила: Лоцманова Н.С., Воспитатель,

первая квалификационная категория

Екатеринбург, 2015

*Поступление ребенка в ДОУ.*

 Уважаемые мамы и папы! Ваш малыш подрос и уже скоро станет посещать дошкольное учреждение. Для ребенка  это трудный период. Ему очень сложно понять, почему мама отдает его в неизвестное место, чужим тетям, а сама уходит и не остается вместе с ним. И родители  тоже тревожатся о том, хорошо ли будет ребенку в ясельках, будет ли он болеть, капризничать. Много тревожных вопросов возникает у родителей.

Вы должны знать и не пугаться того, что привыкание к новым условиям проходит не у всех детей одинаково. Одни дети хорошо себя чувствуют уже на 3-4й день и привыкают к новым условиям жизни без изменений психического состояния и поведения. У других период адаптации может длиться месяц, а иногда и больше.

В адаптационный период возрастает возможность заболевания ребенка, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

И, конечно, привыкая к новым условиям, малыши плачут. Плач – эмоциональная разрядка. По другому они пока не научились снимать нервное напряжение. Но, как, заметили практики, самые «плаксивые» поначалу, потом становятся наиболее привязанными к воспитателям и детям.

Пусть наши советы и рекомендации помогут вам и вашему ребенку значительно легче привыкнуть к дошкольному учреждению.

*Факторы, влияющие на процесс адаптации.*

Срок периода адаптации зависит от возраста детей при поступлении – чем раньше они приходят в ДОУ, тем быстрее привыкают к новым условиям жизни.

Длительность и тяжесть привыкания зависит и от предшествующего воспитания в семье.

Дети одного возраста по-разному адаптируются в зависимости от индивидуально-типологических особенностей их высшей нервной деятельности. Некоторые дети в первые дни кричат при расставании с родителями, отказываются есть, спать, протестуют против любого предложения воспитателя, но через 2-3 дня втягиваются в режим и хорошо себя чувствуют. Другие, наоборот, в первые дни спокойны, без возражений выполняют предложения воспитателя, а в последующие дни начинают плакать, длительное время плохо едят, не играют и с трудом привыкают к детскому саду.

Течение адаптационного периода зависит от наличия или отсутствия предшествующей тренировки нервной системы в приспособлении к меняющимся условиям. Дети, которые до поступления в ясли общались со многими взрослыми и детьми, получали разнообразные впечатления, жили в разных условиях ( на даче, в деревне у бабушки и др.), легче адаптируются.

*Как подготовить ребенка к поступлению в ясли?*

 За 1-2 месяца до поступления  ребенка в ясли необходимо приблизить домашний режим к режиму дня в дошкольном учреждении:

             - подъем         -            6.30 – 7.00 ч.

             - кормление    -           8.20;  11.40;  15.10;  16.10 ч.

             - дневной сон   -        12.20 -15.00 ч.

             - ночной сон    -         с 21.00 ч.

Уделите внимание рациону питания, приучите ребенка, есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.п.

Обратите серьезное внимание на формирование навыков самостоятельности. Ребенок, умеющий есть, раздеваться и одеваться ( в рамках возрастных возможностей), пользоваться горшком, в яслях не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на его самочувствии.

Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний.

Самостоятельность ребенка создает предпосылки для более быстрого установления контактов со взрослыми.

До поступления ребенка в ДОУ попробуйте посещать прогулки в дошкольном учреждении, во время которых, по возможности, приобщайте его к совместным игровым действиям с другими детьми.

На прогулках обратите внимание на «ритуалы» встречи и прощания родителей с детьми.

Если у вашего малыша сохранились к моменту поступления в ясли вредные привычки ( сосание пустышки, пальца, кормление с книжкой и др.), отучайте от них постепенно: сначала дома, а потом уже в группе, по договоренности с персоналом.