

Собрание для родителей «Адаптационный период к детскому саду»

Цель: повысить психологическую и педагогическую культуру родителей.

Задачи:

11. сформировать у родителей элементарные представления о формах и методах укрепления психического здоровья ребенка;
12. познакомить родителей со способами коррекции и профилактики тревожного состояния;
13. дать информацию об особенностях протекания адаптационного периода ребенка к ДООУ, способах помощи ребенку.

Целевая аудитория: родители детей (3–4 лет) ГКП и младших групп

Продолжительность: 1 час

Форма проведения: круглый стол.

Ход собрания:

Уважаемые родители! Я очень рада всех вас видеть!

Ваш ребенок скоро пойдет в детский сад. Конечно, многое сразу изменится в вашей жизни, впрочем, как и в жизни ребенка. Итак, адаптация – процесс приспособления человека к новым условиям. Адаптация происходит на разных уровнях: психологическом, социальном и физиологическом.

Существуют четыре степени адаптации по степени протекания: лёгкая – до тридцати дней; средняя до 60 дней; тяжёлая – до шести месяцев; очень тяжёлая – до года.

Дискуссия «Какие изменения будут происходить в жизни ребенка?»

Как, по вашему мнению, с какими трудностями столкнется ребенок в периоде адаптации у ДООУ?

Давайте подведем итог трудностей. Итак, главные из них таковы:

у ребенка расширятся социальные контакты: взрослые (воспитатели), другие дети (коллектив группы);

- помещение группы с новыми непривычными игрушками;

- новый распорядок дня, с прогулками на незнакомой площадке и сном в неизвестной кровати;

- непривычная пища, которая несколько отличается от маминой;
- значительно большой временной отрезок без самого близкого человека – мамы.

Давайте попытаемся понять ребенка с точки зрения ощущений, в котором маленький человек будет находиться. Обозначив его психологическое состояние, нам будет яснее данная ситуация и проще будет каждому из родителей наметить меры помощи своему ребенку.

Стоит начать с того, что базовое доверие к миру и эмоциональную стабильность ребенок получает от мамы. Поэтому, во многом ваше самочувствие и настроение сказывается на ребенке. Помните, мама ребенку нужна счастливая, любящая, довольная и спокойная. Заботьтесь о своем самочувствии и настроении!

Психологическая диагностика родителей

Предложить заполнить родителям анкеты «Вы и Ваш ребенок перед поступлением в детский сад», «Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?» (см. Приложение 1,2).

- Предлагаю Вам заполнить следующие анкеты. Данные анкеты позволят понять Вам уровень адаптационной готовности ребенка к ДООУ.

Если ребенка заблаговременно подготовить в посещение детского сада, то адаптационный период пройдет в достаточно быстро и в легкой форме.

Хорошо, если к посещению ребенком детского сада у него есть режим дня, он владеет навыками самообслуживания: умеет сам ходить в туалет, одеваться, кушать, имеет достаточные социальные контакты, как со взрослыми, так и с детьми разных возрастов.

Опрос родителей

«Какие первые слова при пробуждении ребенка вы произносите?»

Опишите пробуждение ребенка

Расставание ребенка с мамой является стрессовой ситуацией, если ребенок к ней не готов. Начинать подготовку к новому дню необходимо заблаговременно. Разбудить ребенка заблаговременно чуть раньше,

рассчитав время. Пусть полежит в кроватке несколько минут, вы погладите его по спинке, по головке, ласково напомнив, что сегодня вы пойдете в детский садик. Создавая ребенку условия комфортного утра, мы даем ребенку заряд стабильности на весь день!

По дороге в детский сад с целью снижения уровня тревожности ребенка постоянно комментируйте свои действия, говоря о том, что будет сначала, а что потом. Спокойный, неторопливый и уверенный тон вашей речи окажет также поддержку ребенку.

Придя в детский сад, не стоит сразу отдавать его в группу. Оставьте время на ознакомительную экскурсию группы, этажа детского сада, а следующий день можно сходить и на другой этаж, осмотреть его целиком. Познакомьте ребенка с воспитателями, пообщайтесь с ними, уточните распорядок дня, запишите контактные телефоны и оставьте свой. Старайтесь дома подстроить распорядок дня, приближенный к детскому саду. Поддержание распорядка дня в свою очередь также способствует снижению тревожности – упорядочив биоритмы, ребенок приобретает временные ориентиры в деятельности.

Не уходите, пока ребенок не заинтересуется игрушками и общением с детьми, попросите воспитателя какое-то время побыть в группе, понаблюдав его взаимодействием. Не исчезайте мгновенно, скажите ребенку «До свидания, я приду...», четко и твердо произнесите эту фразу, далее можно уходить. Обязательно сообщите ребенку, в котором часу вы придете за ним, используя выражения «После сна», «После прогулки» и т.д. По возможности, сразу не оставляйте малыша на полный день с утра до вечера в саду. Лучше позволить ребенку освоиться и привыкнуть постепенно, для этого периода хорошо может подойти ваш отпуск.

Тренинг «Первое знакомство в группе»

Цель: развитие навыка коммуникации.

Родители играют детей, которые первый раз привлекают внимание «ребенка» к себе, знакомятся друг с другом, называют свое имя, предлагают

игрушку и т.д. Остальные родители наблюдают, далее – обсуждение, как помочь ребенку вступить в контакт, поддержать интерес к себе.

Вопросы:

Какие выводы вы сделали?

Какие черты характера следует развивать в ребенке с целью успешного общения в будущем?

Какой-то период понадобится малышу (до нескольких дней) чтобы освоится и привыкнуть к нововведениям, поэтому можно оставлять в саду малыша до обеда. Следующим этапом будет возможность забирать домой после обеденного сна, далее – на полный день. Временные рамки пребывания в детском саду индивидуальны и следует учитывать эмоциональное и физическое самочувствие ребенка.

Лишения ребенка привычного окружения могут привести к эмоциональному стрессу, поскольку те изменения, которые все разом обрушатся на него, требуют адаптации к этим условиям. Будьте терпеливы в данный адаптационный период малыша. Старайтесь, чтобы ребенок получал больше положительных впечатлений, связанных с ведущей игровой деятельностью, проигрывайте ситуации, которые произошли в детском саду, с помощью игрушек инсценировкой событий. Меняясь с ребенком ролями – то ребенок превращается в воспитателя или какого-либо ребенка из группы, то вы. При этом не забывайте про новый коллектив – пусть различные персонажи всегда присутствуют в вашей игре, таким образом, ребенок будет привыкать к новому социальному окружению.

Ребенку придется какое-то время побыть в разлуке с вами, поэтому ваша теплота и ласка в виде тактильных контактов ему очень необходима. Без вашего участия ребенок теряет свои защитные силы, иммунитет ослабевает, и ребенок даже может заболеть.

Вечером грамотно организуйте время перед сном, также с целью снижения нервно-психического напряжения. Яркие и длительные, как положительные, так и отрицательные, эмоции за день требуют успокоения перед сном. Наша

цель – спокойный сон и отдых. Поэтому за два часа до сна рекомендуется включить спокойную расслабляющую музыку (можно классическую для малышей) и использовать ее фоном для спокойной игры, чтения книг, различных гигиенических процедур, также хорошо использовать успокаивающие травы для ванн. Легкий массаж заботливыми мамиными или папиными руками снимет напряжение.

Опрос родителей

«Какие слова вы говорите при подготовке ко сну?»

Опишите, эмоциональный отклик ребенка

Каждый день интересуйтесь впечатлениями ребенка, расспрашивайте о событиях, старайтесь не уходить с площадки детского сада быстро, возможно тогда ваш ребенок познакомит вас с новыми друзьями. Погуляйте вечером на площадке какое-то время вместе, совместно с его друзьями, познакомьтесь с родителями ребят.

Уважаемые родители, предлагаю Вам озвучить вопросы по теме нашего собрания. *Ответы и рекомендации психолога родителям.*

Совместное подведение итогов собрания

Рефлексия участников

Прощание

Приложение 1

Анкета для родителей

«Вы и Ваш ребенок перед поступлением в детский сад».

1. Знаете ли Вы, что собою представляет адаптационный период? (Да, Нет, Затрудняюсь ответить). Нужно подчеркнуть.
2. Знакомы ли Вы с правилами общения с ребенком в период адаптации? (Да, Нет, Затрудняюсь ответить).
3. Какое настроение преобладает у ребенка в последнее время в домашней обстановке?

4. Легко ли Ваш ребенок просыпается утром?

5. Соблюдается ли режим дня в семье для ребенка?

6. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки? Если да, то какие _____

7. Испытывает ли Ваш ребенок трудности во взаимоотношениях с детьми? _____

8. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?

9. Есть ли у ребенка сильная привязанность к кому-либо из взрослых?

Приложение 2

Анкета для родителей:

«Готов ли Ваш ребенок к поступлению в детский сад?»

Ф.И. ребенка _____

1. Какое настроение преобладает у ребенка?

- а) бодрое, уравновешенное
- б) раздражительное, неустойчивое
- в) подавленное

2. Как ребенок засыпает?

- а) быстро (до 10 мин.)
- б) медленно
- в) спокойно

- г) не спокойно
3. Что Вы делаете, чтобы ребенок заснул?
а) дополнительные воздействия _____ (какие?)
б) без дополнительных воздействий
4. Какова продолжительность сна ребенка?
а) 2 часа
б) менее часа
5. Какой аппетит у Вашего ребенка?
а) хороший
б) избирательный
в) неустойчивый
г) плохой
6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?
а) положительно
б) отрицательно
в) не просится, но бывает сухой
г) не просится и ходит мокрый
7. Есть ли у Вашего ребенка отрицательные привычки?
а) сосет пустышку, сосет палец, раскачивается, другие (указать)
б) нет отрицательных привычек
8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?
а) да
б) нет
в) иногда
9. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых?
а) да
б) нет
в) иногда
10. Как играет Ваш ребенок?
а) умеет играть самостоятельно
б) не всегда
в) не играет сам
11. Взаимоотношения со взрослыми:
а) легко идет на контакт
б) избирательно
в) трудно
12. Взаимоотношения с детьми:
а) легко идет на контакт
б) избирательно
в) трудно
13. Отношение к занятиям (внимателен, усидчив, активен)?
а) да
б) нет
в) не всегда

14. Есть ли у ребенка опыт разлуки с близкими?

а) да

б) нет

в) перенес разлуку легко

г) тяжело

15. Есть ли аффективная привязанность к кому-либо из взрослых?

а) да

б) нет