**«Первый раз в детский сад»**

**Программное содержание:**

• познакомить родителей с понятиями "адаптация”, "адаптационный период”;

• помочь родителям понять своих детей, проявить заботу о психологическом здоровье своего ребенка;

• создание благоприятной атмосферы общения в семье;

• установление контакта между родителями и педагогами.

Форма проведения – беседа за круглым столом.

**План проведения:**

**1**.Вступительная часть

2.Знакомство с родителями.

4.Адаптация детей к ДОУ.

5.Правила нашего детского сада

6.Выбор родительского комитета

7.Общие вопросы.

Ход:

**1.Знакомство**

 Сегодня знаменательное событие первое родительское собрание. Во время первой нашей встречи хочется, чтобы состоялось знакомство, которое позже, надеемся, перерастёт в тёплые дружеские отношения.

Итак, Вы привели своих детей в детский сад и у нас с Вами одна общая цель, сделать их пребывание здесь комфортным, безопасным, интересным, увлекательным, познавательным и т. д.

        Во время пребывания ребенка в детском саду мы *(дети, педагоги, родители)*составляем треугольник. Во главе треугольника конечно же стоит ребенок. Как Вы думаете, что произойдет с трехногим табуретом, если подломится одна ножка *(упадет)*Вот именно, упадет! Вспомните басню Крылова *«Лебедь, рак и щука»* где говорится:» Когда в товарищах согласья нет на лад их дело не пойдет, выйдет у него не дело, только мука!» Следовательно нам с Вами нужно объединить усилия для того, чтобы детям было интересно и комфортно в детском саду и здесь очень важно наличие взаимопонимания и поддержки. Мы с вами будем жить одной, я надеюсь дружной семьей. А для начала нужно поближе познакомиться.

Наши дети очень любят играть. Мы сейчас с Вами попробуем окунуться в детство и тоже поиграем.

Предлагаю вам поиграть с нашим Мишкой. Нужно взять Мишку в руки и представится, а затем Мишку передать другому. Начнём с меня: «Меня зовут Елена Владимировна, воспитатель с 1 квалификационной категории, работаю с детьми раннего возраста ( и передаю Мишку следующему)

- Вот мы с вами и познакомились. Спасибо.

**2. Беседа об адаптации.**

 А теперь я предлагаю поговорить с вами об адаптации. Как вы думаете, что такое адаптация? Что вы знаете о периоде адаптации?

Рассуждения родителей «Как облегчить адаптацию малыша».

(Показ презентации)

**1 слайд**

Я хочу рассказать вам немного подробнее об этой проблеме.

**2 слайд**

Адаптация – это приспособляемость организма к изменяющимся внешним  условиям. Процесс, часто проходящий с напряжением и перенапряжением психических и физических сил детского организма. В привычную, сложившуюся жизнь ребёнка буквально врываются такие изменения как:

- Чёткий режим дня;

-  Отсутствие родных рядом;

-  Постоянный контакт со сверстниками;

-  Необходимость слушаться незнакомого до этого человека;

- Резкое уменьшение персонального внимания.

-Для того что бы адаптация к детскому саду стала максимально безболезненной для ребёнка: нужно сделать её постепенной. Потому что каждый ребёнок привыкает по своему.

-Однако, можно отметить некоторые закономерности в поведении ребёнка, про которые хотелось бы Вам рассказать. Например призовите на помощь сказку или игру.

Вы можете придумать сказку о том, как мишка пошел в сад. Как ему там понравилось, сначала было неуютно и немного страшно, но он подружился с детьми и воспитателем. Эту сказку вы можете проиграть с игрушками. И в ней ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком.

 **Слайд 3**

**Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка.**

Основная причина – это тревога, связанная со сменой обстановки. Из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама всегда рядом и в любой момент окажет помощь, он перемещается в незнакомое пространство, где её нет. Встречает доброжелательных, но чужих людей, поэтому ребёнку сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. К тому же личный режим ребёнка нарушается. Все эти факторы могут спровоцировать истерику и нежелание идти в детский сад, а так же простудные заболевания.

Вторая причина. Отсутствие навыков самообслуживания.

Это сильно осложняет ребёнку пребывание в детском саду.

Третья причина. Избыток впечатлений. Малыши испытывают много позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и в следствии – этого нервничать, плакать и капризничать.

**Слайд 4**

**По тому как дети адаптируются к детскому саду, их можно разделить на три основные группы.**

**Слайд 5**

 Лёгкая степень адаптации.

Длится она от 10 до 20 дней.

При легкой адаптации отрицательное эмоциональное состояние у ребёнка длится недолго.

**Слайд 6**

Средняя степень адаптации.

Она длится от 20 до 40 дней.

При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребенка нормализуется более медленно и на протяжении первого месяца после поступления он болеет

**Слайд 7**

Тяжёлая степень адаптации.

Длится такая адаптация от 2 до 6 месяцев.

Самой нежелательной является тяжелая адаптация, когда эмоциональное состояние ребенка нормализуется очень медленно (иногда этот процесс длится несколько месяцев).

 **Слайд 8**

**Для того чтобы адаптация ребёнка к детскому саду прошла как можно быстрее и легче, Вам необходимо придерживаться следующих правил.**

      Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 2-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, на сон и в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.

·                       Дома, в выходные дни или во время болезни, необходимо соблюдать режим дня, в большей степени приближённый к режиму детского сада:

завтрак 8-9 утра;

обед 12-13 часов;

сон с 13 до 15 часов;

полдник в 16 часов, укладывание на ночь не позднее 21-22 часов.

И стараться максимально придерживаться этого режима.

При ярко выраженных отрицательных эмоциях, целесообразно воздержаться от посещения детского сада в течении 2 – 3 дней.

Расскажите родным и знакомым в присутствии ребёнка, что он уже ходит в детский сад. Какой он молодец. Ведь он теперь взрослый, совсем как мама и папа ходит на работу.

**Слайд 9**

 Придумайте традицию – прощания или приветствия (пожатия руки, поцелуй в носик, «Пока скоро увидимся») эти простые, но регулярно повторяющиеся мелочи позволят малышу прогнозировать ситуацию (мама всегда приходит за мной когда говорит: «Пока, скоро увидимся»).

Расставание нельзя затягивать, прощайтесь легко и быстро. Не вызывайте у ребёнка тревогу. Ваше спокойствие, уверенность и улыбка говорят малышу, что всё в порядке и можно смело отправляться в группу.

Постарайтесь пораньше забирать ребёнка из детского сада.

Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания (они помогут ребёнку чувствовать себя более уверенно): умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, проситься в туалет.

·                          Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, чтобы он мог самостоятельно её одеть и снять, без затруднений.

·                           Уменьшите нагрузку на нервную систему ребёнка. На время прекратите походы в общественные места, сократите просмотр телевизионных программ.

**Слайд 10**

В период адаптации будьте терпимы к изменившемуся поведению Вашего ребёнка. Вы взрослый человек и должны понимать, что он капризничает не потому что «плохой», а из – за того, что ему очень трудно привыкнуть к новому помещению, детям, воспитателям и режиму.

А самое главное, Вы сами должны привыкнуть к мысли: «Мой ребенок идет в детский сад, там ему будет хорошо, о нем будут заботиться, он будет играть со сверстниками. Я хочу, чтобы он пошел в садик».

 Помните, что с началом посещения детского сада ребёнок на время лишается физического контакта с мамой. Маленьким детям важно, что бы их брали на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому дома старайтесь больше уделять внимание ребёнку. Читайте ему на ночь, играйте с ним, смотрите вместе мультики, делайте заданные в детском саду творческие задания. Будьте нежны, терпеливы и  доброжелательны. Радуйтесь Вашему ребенку!!!И скорее всего, стресса связанного с посещением детского сада, удастся избежать. Если Вы видите, что у ребенка развилась потребность в сотрудничестве с близкими и посторонними взрослыми, если он стремится к самостоятельности, если он открыт и доброжелателен по отношению к сверстникам, мы Вас поздравляем!!!

**3. Правила детского сада**

1.Приводить ребенка аккуратно одетым и лично передавать его воспитателям .Родители, помните! Воспитателям категорически запрещается отдавать ребенка лицам в нетрезвом состоянии, детям мл.школьного возраста, отпускать детей по просьбе родителей, отдавать детей незнакомым лицам без предупреждения родителей!

2.Не приводить больного ребенка в д/с и сразу сообщать о болезни воспитателю.

3.Вносить плату за содержание ребенка до 15 числа каждого месяца.

4.Одевать ребенка по сезону и в соответствии с погодой. Иметь пакет со сменными вещами для вашего ребенка.

5.Своевременно сообщать о причинах непосещения ребенком детского сада. Родители, помните! Если ребенок не посещает детский сад три дня и более, то он принимается с медицинской справкой.

А сейчас я хочу вас ознакомить с режимом дня и образовательной деятельности.

И в завершении я предлагаю посмотрите на свои ладони и представьте на одной УЛЫБКУ на другой РАДОСТЬ. И вот чтобы они не ушли от нас их надо крепко накрепко соединить в аплодисменты. Спасибо! До новых встреч!

**Вопросы родителей.**

Спасибо за внимание!