

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Тополек»

Конспект родительского собрания

**«Особенности адаптации детей разных возрастов (4–5 лет) к условиям
ДОУ»**

Выполнила:

Александрова Е.А.

Особенности адаптации детей 4–5 лет к условиям ДОУ

Цель:

1. Повысить компетентность родителей в вопросах адаптации детей 4-5 лет к детскому саду, выработать совместные стратегии поддержки ребенка.

Задачи:

1. раскрыть специфику адаптации детей среднего дошкольного возраста;
2. обозначить типичные трудности и признаки успешной/затруднённой адаптации;
3. дать практические рекомендации по подготовке и сопровождению ребёнка в период адаптации;
4. наладить партнёрское взаимодействие между семьёй и ДОУ.

Оборудование: мультимедийный проектор (презентация); бланки для рефлексии «Мои ожидания», «Мои вопросы»; карточки с ситуация для анализа; бумага, ручки.

Ход собрания

1. Вступительная часть (10–15 мин):

Приветствие, краткое введение в тему.
Упражнение «**Мои ожидания**»: родители записывают на карточках 1-2 предложения, чего они ждут от детского сада для своего ребенка в этом возрасте. Карточки собираются, позже – краткий обзор ответов.

Обозначение плана собрания.

2. Теоретическая часть (20–25 мин):

Что такое адаптация?

Определение: процесс приспособления ребёнка к новым условиям режима, общения, требования, пространство).

Три фазы адаптации:

Острая (1-4 недели): возможны капризы, нарушения сна/аппетита, регресс некоторых навыков;

Подострая (до 2-3 месяцев): постепенная стабилизация, но еще бывают срывы;

Компенсация (с 3-6 месяцев): ребенок чувствует себя уверенно, осваивает нормы,

Степени тяжести адаптации (кратко):

лёгкая (до 1 месяца);

средняя (1–3 месяца);

тяжёлая (свыше 3 месяцев, требует помощи психолога).

Особенности адаптации детей 4–5 лет

В этом возрасте ребёнок: уже имеет опыт общения со сверстниками, но может испытывать трудности в конкуренции и поиске своего места в группе; стремится к самостоятельности, но нуждается в поддержке взрослого; чувствителен к оценке «Я хорошо сделал?», «Ты мной гордишься?»; может проявлять упрямство и протестное поведение как способ самоутверждения.

Типичные трудности:

Конфликты со сверстниками (из-за игрушек, ролей в игре, лидерства);

страх «не справиться» с заданиями воспитателя;

тревога при расставании с родителями (особенно если раньше адаптация проходила тяжело);

регресс в навыках самообслуживания (ребёнок «забывает», как одеваться, есть самостоятельно);

ночные кошмары, нарушения сна из-за перенапряжения.

Признаки успешной адаптации:

стабильный аппетит и сон;

желание идти в сад, интерес к занятиям;

- ~ активное участие в играх и общении;
- ~ способность выражать свои чувства словами («Мне обидно», «Я злюсь»).

3. **Практическая часть (25–30 мин):**

Упражнение «Ситуация»

Родители в малых группах анализируют карточки с типичными сценариями например: («Ребёнок говорит, что его никто не любит в группе», «Не хочет делиться игрушками, дерётся», «Плачет утром при расставании», «Жалуется, что не умеет рисовать/лепить, как другие»).

Задача: предложить 2–3 способа решения, опираясь на возрастную специфику.

Обсуждение в кругу: общие выводы, рекомендации педагогов и психолога.

Рекомендации для родителей (совместное обсуждение):

1. **До поступления/в начале адаптации:**

- ~ рассказывать о садике позитивно, без запугивания;
- ~ играть в «детский сад» дома (распределять роли, проговаривать правила);
- ~ приучать к режиму, близкому к саду (сон, еда, прогулки);
- ~ развивать навыки самообслуживания (одеваться, мыть руки, убирать игрушки);
- ~ учить выражать чувства словами («Я злюсь», «Мне грустно»).

2. **В период адаптации:**

- ~ не оставлять ребёнка сразу на полный день (начинать с 2–3 часов);
- ~ соблюдать ритуал прощания (обнять, сказать: «Я вернусь в 17:00», дать талисман фото, игрушку);
- ~ спрашивать не только «Как дела?», но и «Что было интересного?», «Чему научился?»;
- ~ избегать критики воспитателя и других детей в присутствии ребёнка;
- ~ поддерживать дома спокойную, предсказуемую атмосферу;
- ~ хвалить за маленькие успехи («Ты сам надел ботинки молодец!», «Ты поделился игрушкой — это здорово!»);
- ~ обсуждать чувства: «Я вижу, ты расстроен. Давай поговорим, что случилось?».

3. **Если трудности сохраняются:**

- ~ обратиться к психологу ДОО;
- ~ обсудить с воспитателями индивидуальный план адаптации;
- ~ следить за признаками переутомления (агрессия, апатия, частые болезни).

Ответы на вопросы (15–20 мин)

Родители задают вопросы по конкретным ситуациям. Педагоги и психолог дают рекомендации с опорой на опыт и методики.

Рефлексия и завершение (5–10 минут)

Упражнение «**Мои шаги**»: родители пишут 1-2 конкретных действия, которые начнут применять на следующей неделе (например: «Введу ритуал прощания», «Буду спрашивать, что было интересного в саду»).

Благодарность за участие, информация о следующих встречах и консультациях. Раздача памяток «Как помочь ребёнку адаптироваться» (в печатном или электронном виде).