

АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД В ДЕТСКОМ САДУ

Начальный период посещения детского сада очень сложен для детей. Чтобы облегчить процесс адаптации, важно уделять ребенку в этот период особое внимание и готовить его к посещению детского сада заранее.

Рекомендации родителям

- ❖ *Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте с ним детские площадки, праздники, дни рождения, приучайте к играм со сверстниками.*
- ❖ *Желательно обучить ребенка до начала посещения детского сада элементарным навыкам самообслуживания: пользоваться горшком, самостоятельно есть и т.д.*
- ❖ *Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. Приведите заранее в группу, чтобы он познакомился с воспитателем, погулял с детьми. В первое время оставляйте ребенка в саду на несколько часов, потом до обеда и так постепенно увеличивая время пребывания. Если не возникает осложнений, через 1-2 недели можно перейти на обычный режим. Но и затягивать процесс адаптации не стоит, так как ребенок может привыкнуть к своему особому положению.*
- ❖ *Никогда не пугайте ребенка детским садом или воспитателем. Важно создавать положительный образ детского сада. Делайте акцент на то, что ему может быть там интересно, чему он сможет научиться.*
- ❖ *Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что ему может понадобиться в группе (запасную одежду, сменную обувь и т.д.).*





- ☞ Дайте ребенку любимую игрушку в садик, ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка «ходит в садик» вместе с ним ежедневно и знакомиться там с другими.
- ☞ Общайтесь с воспитателями. Спрашивайте о состоянии и самочувствии ребенка, о том, как он себя там ведет.
- ☞ Одна из самых распространенных проблем - утренний плач ребенка при расставании с родителями. Важно не поддаваться на провокации со стороны малыша и дать ему понять, что как бы там ни было, а ходить ему придется. Будьте последовательными и уверенными в том, что делаете. Сократите сцену прощания. Как правило, ребенок успокаивается уже через несколько минут, после прощания с родителями. Создайте свой «ритуал прощания»: договоритесь с ребенком заранее, например, о том, что вы помахаете ему в окошко, так ему будет проще отпустить вас.
- ☞ Период адаптации к саду проходит не только ребенок, но и родители. Необходимое условие, отказ от чувства вины. Если у вас есть хоть малейшее колебание, ребенок их «уловит» и ему будет труднее расставаться с вами.
- ☞ По дороге домой постарайтесь поговорить с ребенком, узнайте что было за день хорошего, чем дети занимались. Отдав ребенка в садик, вы стали меньше времени проводить вместе с ним, но дело не в количестве часов, а в качестве ваших взаимоотношений.
- ☞ Проблемы адаптации ребенка в садике могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявлять гибкость, в особо сложных случаях можно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду.

