



*Адаптация ребенка к детскому саду:
первый раз в детский сад!*



При поступлении в ДОО ребенок попадает в новую социальную среду со своими правилами, нормами и требованиями.

В новых условиях малышу приходится адаптироваться не только на социальном, психологическом,

но и на

физиологическом уровне. Ребенок сразу не справляется с такой нагрузкой и начинает испытывать адаптационный стресс, ведь адаптивные возможности малыша весьма ограничены. Для успешной адаптации ребенка к дошкольному учреждению, необходимо, в первую очередь, создать у него положительную установку на детский сад.

Здесь помогут любые приемы:

❖ Для того чтобы данной проблемы не возникло у Вашего малыша необходимо в подробностях рассказать ему про детский сад. Рассказ должен содержать как положительные, так и отрицательные моменты (например, рассказать малышу о том, что детей в группе будет много, и поэтому внимание будет уделяться не только ему одному, или о том, что в детском садике придется спать днем и т.д.);

❖ Обязательно нужно играть с ребенком в детский сад. Замечательно, если с вами будут «играть» любимые игрушки. В процессе игры стараться эмоционально увлечь малыша, закрепляя тем самым положительный образ о детском садике.

❖ Очень полезным будет похвастаться перед родственниками, знакомыми и их детьми о том, что ребенок скоро пойдет в детский сад. Делайте это в присутствии Вашего малыша, побуждая его к таким же действиям.

❖ Чаще гуляйте около Вашего будущего детского сада. Ребенок должен сам убедиться, что здесь спокойно и безопасно.

❖ Следующим, не менее важным критерием успешной адаптации является – формирование у ребенка чувства уверенности в окружающем.

❖ Познакомьтесь с воспитателями и младшим воспитателем.

❖ Учите ребенка объективно выражать свои чувства и желания

❖ Личным примером учите ребенка общаться, знакомится с другими детьми

❖ Очень хорошо, если у ребенка есть любимая игрушка или вещь. В детском саду она, как кусочек домашнего тепла, будет «согревать» и успокаивать малыша.

❖ И, конечно же, не надо забывать о навыках гигиены и самообслуживания.

Поэтому, в добавление к нашим рекомендациям очень важно акцентировать внимание на физическом развитии малыша. Не забывайте о таких простых играх, как бег, прыжки, ходьба с препятствиями, с использованием таких же простых вещей, как мячи, скакалки, обручи и ленты. Все это поможет Вам превратить обыкновенную прогулку в полезные развивающие игры.



И еще несколько слов:

❖ Разговаривайте с ребенком про детский сад.

❖ Скажите, что теперь по утрам вся семья будет отправляться на работу, а он - в детский сад, а после работы мама или папа придут за ним и заберут домой.

❖ Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет там делать.

❖ Поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду.

❖ Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди.

❖ Научите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, в свою очередь, предлагать игрушки другим детям.

❖ На первых порах постарайтесь уделять вашему малышу тройное внимание дома и на прогулках, напоминайте вечером ему о садике. **Самое главное - не бойтесь слез ребенка, ведь он пока не может реагировать иначе.**



Как вести себя с ребёнком:

❖ показать ребёнку его новый статус (он стал большим);

❖ не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;

❖ следует снизить нервно-психическую нагрузку;

❖ при выраженных невротических реакциях не посещать учреждение несколько дней.

Уважаемые родители! Мы надеемся, что наши рекомендации помогут Вам и Вашему малышу как можно легче и спокойнее пройти этот нелегкий, но очень важный период в жизни.

