



АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ

В САДИК БЕЗ СЛЁЗ

Подготовили: педагоги-психологи МБДОУ № 102

Матуняк Т.П.

Морозова О.К.



**Адаптация - это
приспособление или
привыкание организма
к новой обстановке.**



Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:

- **особенностей высшей нервной деятельности;**
- **возраста ребенка;**
- **состояния здоровья;**
- **разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду;**
- **поведения и эмоционального состояния взрослых.**

Как подготовить ребенка к посещению детского сада

- Увеличьте круг общения вашего малыша с взрослыми и детьми.
- Ребенок должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
- Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша



- Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.
- Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому.



- Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно, на 2–3 часа.



Простые и легкие рекомендации для успешной адаптации Вашего малыша

- **В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде.**
- **В выходные дни не меняйте режим дня ребенка.**
- **Не перегружайте малыша в период адаптации.**
- **Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера.**

- **Соблюдайте режим кратковременного пребывания ребенка в детском саду, начиная с 2-х часов.**
- **Будьте терпимее к капризам.**
- **Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую игрушку.**
- **Призовите на помощь сказку или игру.**



Как нужно организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно?

Главное правило таково: спокойна мама — спокоен малыш.

- И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно.
- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.
- Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда.

- Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.



Чего нельзя делать ни в коем случае:

- Нельзя наказывать,
- Нельзя начинать разговоров о слёзах малыша с другими членами семьи в его присутствии,
- Нельзя пугать детским садом,
- Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке,
- Нельзя обманывать ребенка.

Чтобы помочь себе, нужно:

- **быть уверенными, что посещение сада действительно нужно семье,**
- **поверить, что малыш на самом деле вовсе не "слабое" создание,**
- **воспользоваться помощью. В детском саду есть психолог,**
- **заручиться поддержкой. Вокруг вас родители, переживающие те же чувства в этот период.**

**Запаситесь терпением, и детский сад
будет привычным и уютным миром
для вашего малыша!**





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

