



Адаптация ребенка к детскому саду

Еще совсем недавно ваш малыш появился на свет. Первое слово, первый шаг и вот, настал момент идти в детский сад. Это важный и волнительный момент, как для родителей, так и для самого ребенка. Начинается новый жизненный этап. И очень важно, чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла успешно.



**Что же для этого нужно?
Нужно ли как-то готовить ребенка к
поступлению в детский сад?
И что вообще такое – адаптация?**

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.



Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

От того, как пройдет привыкание ребёнка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависит дальнейшее развитие малыша и благополучное существование в детском саду и в семье.

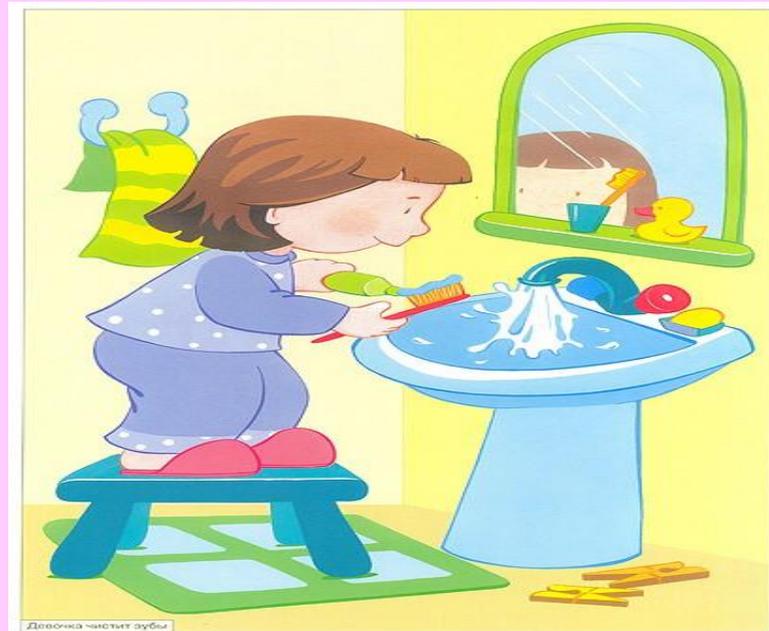


Как показывает практика, ребенок, который обладает простейшими навыками игры, гигиеническими навыками (самостоятельно ест ложкой, моет руки, пользуется носовым платком), умеет взаимодействовать со своими сверстниками, адаптируется легко и быстро.



Советы для родителей:

- ❖ Желательно, чтобы начало посещения детского сада не пришлось на эпикризные сроки: 1г 3мес., 1г 6мес., 1г 9мес., 2г 3мес., 2г 6мес., 2г 9мес., 3года.
- ❖ Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.
- ❖ Формируйте у ребенка навыки самообслуживания и личной гигиены.



- ❖ Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми. Очень важно научить ребенка общаться со сверстниками (поделиться игрушкой, поблагодарить). Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки. Ребенок привыкнет к детскому саду тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он сможет построить отношения.



- ❖ Занимайтесь с ребенком совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте.
- ❖ Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.

- ❖ Расскажите ребенку, что такое детский сад и зачем туда ходят. Расскажите, чем он там будет заниматься и к кому сможет обратиться за помощью в трудных ситуациях.
- ❖ В первый день нужно познакомить ребенка с группой, показать, где, его шкафчик, кроватка, где можно помыть руки и куда идти в туалет.



- ❖ Рекомендовано не оставлять ребенка в детском саду сразу на целый день. Лучше, если для начала вы будете приходить с ребенком на утреннюю и вечернюю прогулку. В этой ситуации ребенок успевает больше увидеть и узнать, понаблюдать за детьми, а главное — он видит, как за всеми приходят родители и забирают их домой. Психологически очень важным моментом является то, что ребенок понимает — никто не остается в детском саду навсегда, за всеми вечером приходят родители. В целом наличие в группе или на прогулке посторонних — мам, бабушек — очень дезорганизует работу группы, поэтому количество и продолжительность их посещений лучше ограничить двумя-тремя визитами.



- ❖ Не нужно отучать ребенка в это время от «вредных» привычек, если таковые имеются (соска, укачивание). На данный момент ребенок и так находится в стрессовой ситуации.
- ❖ Давайте ребенку в сад любимую игрушку, частичка чего-то родного и домашнего поможет ему справиться со страхом и растерянностью, связанной с новой обстановкой.



- ❖ Избегайте в присутствии ребенка критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
- ❖ Чаще обнимайте своего ребенка и говорите ему, как вы его любите.

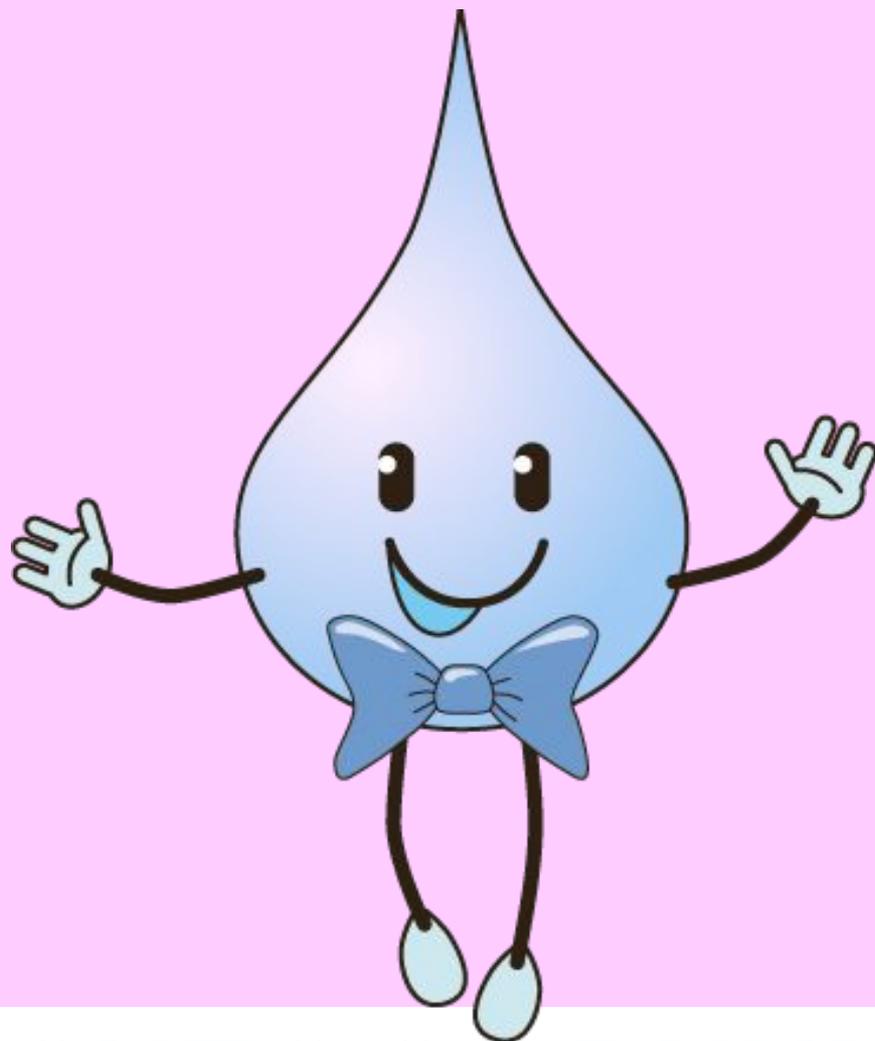


- ❖ На время адаптации, для того, чтобы уменьшить нагрузку на нервную систему обеспечьте ребенку покой, исключите шумные праздники, походы в цирк и другие многолюдные места, ограничьте просмотр телевизора.



И помните, полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше чем через 2-3 месяца.

Приложите усилие и вскоре вы увидите, как изменился ваш малыш, как он повзрослел и стал более самостоятельным.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!