

Готовим ребенка к детскому саду





ЧТО ТАКОЕ АДАПТАЦИЯ

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке.

Детский сад для ребёнка является новым, ещё неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.





Адаптация: готовимся заранее

Глубоко ошибаются те, кто не готовят ребёнка к детскому саду заранее. Сделать это надо **за 1-2 месяца** до поступления в учреждение.



Адаптация: готовимся заранее

Приблизьте распорядок дня ребенка дома к режиму дошкольного учреждения.

Когда ребенок прейдет в детский сад, он так же, как и все дети, охотно сядет за стол в определенные часы кормления, ляжет спать в часы сна всей группы. Его не надо будет переучивать, ломать неправильные привычки.



Адаптация: готовимся заранее



Уделите внимание рациону питания

Приучите ребенка кушать разнообразные блюда: овощные рагу, творожные, картофельные запеканки, рыбное суфле и тд. Тогда в детском саду ребенок не будет отказываться от незнакомой пищи и не останется голодным.



Адаптация: готовимся заранее

Развивайте навыки самообслуживания

Учите малыша самостоятельно кушать
Одеваться, раздеваться

- умыться,
- пользоваться горшком, просится в туалет
- избавьтесь от вредных привычек: соска, пустышка, материнское молоко.

*Ребенок имеющий навыки самообслуживания
Спокойнее проходит адаптационный период*





Адаптация: готовимся заранее

Учите ребёнка играть

Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет отвлечься ему от переживаний, на какое-то время сгладить остроту отрицательных эмоций при расставании.



Адаптация: готовимся заранее

Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми

Посещайте с ребенком детские парки и площадки, приучайте к общению с чужими детьми.

Наблюдайте как ребенок себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует; или наоборот контактирует, тянется к общению, раскован.



Готовность родителей

Самое главное – положительный настрой на детский сад, если вы верите что это самое лучшее место для ребенка – так будет считать и он.

Кредо: Спокойная мама – спокоен малыш.



Адаптация: вы идете в детский сад

Соблюдайте график адаптации

Вам вас познакомят воспитатели. Не торопите события. Дайте ребенку привыкнуть к новым условиям, к новым людям, к новым правилам, к отсутствию родителей.



Адаптация: вы пришли в детский сад



Воспитатель – ваш помощник

Ежедневно общайтесь с воспитателем. С целью выяснить, как вам скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче привыкал к новым условиям жизни.



Адаптация: вы пришли в детский сад



Не пугайте детским садом!

Если ребенок возбужден и не управляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если не успокоишься, отведу тебя обратно в детский сад!»
Не формируйте образ детского сада, как места, которым наказывают.



Адаптация: вы пришли в детский сад



Удачи вам, дорогие родители!

Соблюдая эти не сложные рекомендации и проявляя максимум терпения к малышу, вы постепенно заметите, что негативные проявления в поведении ребенка начнут уменьшаться, а потом вовсе сойдут на нет.

