

Памятка для родителей



«Как помочь ребёнку адаптироваться в дошкольном учреждении»

2012г.

"От того, как прошло детство, кто вёл ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира - от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш".

/В.А.Сухомлинский/

Вначале расскажем историю...

Девочка росла здоровой, хорошо прибавляла в весе, была спокойной и ласковой. Вскоре ее мама пошла работать, и ребенок оставался на попечении няни, которая в основном могла только накормить ребенка и уложить спать. Так девочка осталась без правильного режима дня, прогулок и закаливания, массажа и гимнастики — всего того, что так необходимо ребенку.

Когда малышке было чуть больше года, няня отказалась исполнять свои обязанности и мама с папой решили отдать девочку в ясли — за месяц сделали все анализы, прививки, собрали необходимые справки и выписки для яслей. И девочка, совсем не подготовленная, незакаленная, не умеющая есть ложкой, пить из чашки, засыпать без укачивания и т. д., оказалась в яслях, причем на полный рабочий день мамы и папы.

Папа с мамой рассуждали так: «Самое главное — накормить дочку и уложить спать, остальное не имеет большого значения для здоровья ребенка. К тому же мы не собирались отдавать ее в ясли». Прошло две недели и девочка заболела. Ее родители вынуждены были признать, что в воспитании ребенка допустили много ошибок, которые теперь приходится исправлять.

- Отучаем от груди и бутылочки.
- Учим пользоваться чашкой и ложкой.
- Выполняем режимные моменты.
- Приучаем к горшку.
- Учим играть в игрушки.
- Развиваем общительность.



- **Надо четко следовать рекомендациям врачей.**
- **Тщательно следить за состоянием здоровья ребёнка.**
- **Соблюдать режим дня.**
- **Повысьте роль закаливающих мероприятий. Они не защитят от инфекционных заболеваний, но уменьшат вероятность возникновения возможных осложнений.**



- Посещать бассейн, делать массаж малышу.
- Не перекутывайте ребенка.
- Гуляйте на свежем воздухе.
- Чаще проветривайте комнату.
- Приучать спать только в трусиках.

В период адаптации силы ребёнка должны быть направлены на освоение нового, а не борьбу с болезнями.

Можно ли отдавать в ясли
ребёнка с упущениями в
домашнем воспитании?



В интересах здоровья
ребенка - нельзя!

■ **Детский сад** - новый период в жизни ребёнка.

- Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребёнок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям.

Легкая кратковременная адаптация **2-6 недель.**

- Аппетит к концу первой недели достигает обычного режима
- Сон в течении **1 – 2х** недель
- К концу месяца у ребёнка восстанавливается речь, игра, интерес к окружающему миру.

Средняя степень адаптации

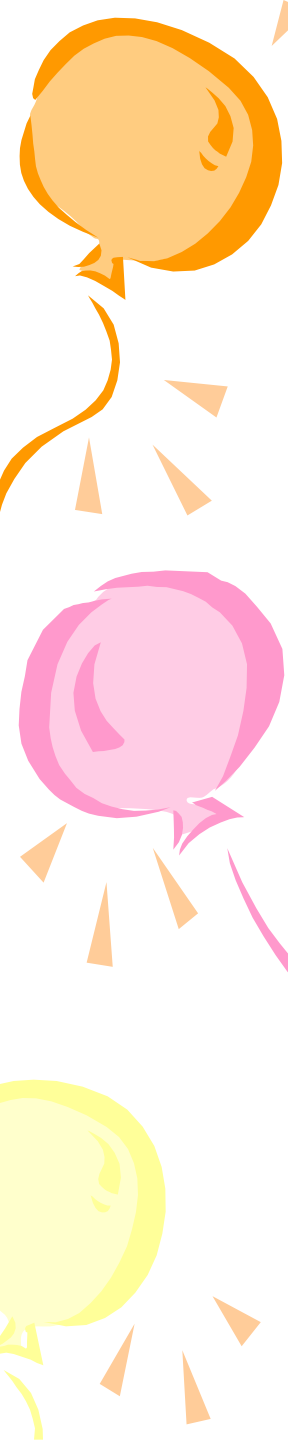
- Аппетит и сон через **20-40** дней восстанавливается.
- Настроение неустойчивое.
- Возможны заболевания.
- Снижается активность ребёнка.
- Если ребёнок не адаптировался к садику по истечении **3 месяцев**, необходимо обратиться к специалисту.



Тяжелая степень адаптации

- Долговременная около 6-9 месяцев.
- Аппетит снижается сильно и надолго.
- Малыш плохо засыпает.
- Ребёнок не интересуется окружающим.
- Улучшение состояния происходит крайне медленно.





Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми:

- **Посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях.**
- **Ходите с ним на праздники, на дни рождения друзей.**
- **Познакомьтесь с педагогом группы заранее.**
- **Расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребёнка, что ему нравится, каковы его умения навыки, в какой помощи он нуждается.**
- **Определите: какие методы и «наказания» приемлемы для вашего ребёнка.**



Условия успешной адаптации.

- **Рассказать о детском садике заранее.**
- **Не оставляйте ребёнка на целый день сразу, приучайте его постепенно.**
- **Будьте спокойны, не показывайте ребёнку свое беспокойство по поводу детского сада.**
- **Создайте в выходные дни дома такой же режим, как в детском саду.**
- **Не реагируйте, не наказывайте его за капризы.**
- **Не угрожайте ребёнку детским садом как наказанием за детские грехи.**

Важные советы

- Расставайтесь с ребенком легко и быстро. Если ребёнок с трудом расстаётся с матерью, желательно первые несколько недель отводил в детский сад его отец.
- Дайте ребёнку в сад его любимую игрушку.



Важные советы

- Поиграйте в детский сад, где какая-то игрушка будет самым ребёнком.
- Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с ребёнком найти ей друзей и проблемы вашего ребёнка через неё, ориентируя игру на положительные результаты.



Важные советы

- По дороге в детский сад настройте ребёнка на приятное событие или игрушку, которая ожидает его в группе. Говорить нужно даже если ребёнок не умеет разговаривать.
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания утром.
- **Например:** крепкое рукопожатие, поглаживание по спинке, воздушный поцелуй, крепкое объятия.

После детского сада.

- Погуляйте с ребёнком в парке на площадке.
- Дайте ему возможность попрыгать, поиграть в подвижные игры.
- Доброжелательная обстановка в доме поможет быстрее ему адаптироваться к детскому саду не переживать во время прощания с Вами.

Самое главное назначение детского сада.

- **Дать ребёнку возможность общаться и играть со сверстниками.**

И каким бы ни был детский сад хорошим, не допускайте непростительную ошибку- не считайте, что он заменяет семью.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!