

# Помощь родителям в период адаптации детей в детском саду

Выполнила  
Сираченко С.Н.

# Что такое адаптация?

Адаптация— это приспособление организма к новой обстановке.

Детский сад для ребенка является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и **новыми отношениями**.

# Адаптация ребенка к детскому саду

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях;
2. Узнайте распорядок дня в группе и приблизьте режим ребенка дома;
3. Обсудите в семье с ребенком, что положительного есть в детском саду (новые друзья, много игрушек и т.д.). **Важно, чтобы малыш не боялся детского сада!**
4. Учите ребенка дома всем навыкам самообслуживания;

# Игры в период адаптации ребенка к детскому саду

Чтобы снизить напряжение необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие. Это, в первую очередь, игра.

Например:

1. Игра «Рисунки на песке»;
2. Игра «Разговор с игрушкой» и другие.

# Подготовка родителей. Поведение родителей в период адаптации ребенка к детскому саду

1. Заранее подготовьте детский гардероб;
2. Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам;
3. Мамино сердце разрывается при звуках отягчанного плача ребенка;
4. Уходя- уходите!
5. Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении;
6. Выработайте единые требования к поведению ребенка с воспитателями- это облегчит ему привыкание к новым условиям;

## 7. Не пугайте ребенка садиком!

Если кроха возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в садик!». Не формулируйте образ детского сада как места, которым наказывают.

Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

## 8. Чтобы детский сад действительно оказался приятным и полезным местом для Вашего малыша, нужно хорошо подумать и понять, для чего именно он нужен Вам и Вашему ребенку.

# Факторы, мешающие адаптации ребенка к детскому саду

- Особенности высшей нервной деятельности;
- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы;
- Чрезмерная тревожность родителей;
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность ребенку, гиперопека;
- Воспитание ребенка в духе вседозволенности;
- Состояние здоровья (хронические заболевания, неврологическая симптоматика у ребенка);
- Неумение общаться с окружающими;
- Несформированность культурно-гигиенических навыков;
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.

# «Ты меня обязательно забери!»

## Как облегчить ситуацию

1. Постарайтесь заранее поиграть в «разлуку». Пусть любимая игрушка будет ребенком, а ребенок- ее мамой. Ситуации должны быть разными, но заканчиваться они обязаны одинаково хорошо;
2. Не показывайте своих страхов и опасений по поводу пребывания ребенка в детском саду;
3. Придерживайтесь каких-либо выработанных совместно с ребенком правил (идти в сад с любимой игрушкой, посидеть 5 минут, обнявшись в раздевалке и прочее);
4. Держите свое слово: если обещали забрать ребенка до обеда, не нарушайте обещание, иначе ребенок перестанет вам доверять;
5. Обсудите с ребенком, чем будете заниматься, когда вернетесь за ним.



# Окончание адаптационного периода

Если малыш с радостью и много говорит о детском садике, если спешит туда, если у него там друзья и куча неотложных дел, то можно считать, что адаптационный период закончился.

Вот теперь уже можно подумать о своих делах и о своих интересах, дорогие родители!