

# Адаптация к детскому саду

Подготовила Железнова М.В.  
Педагог-психолог МДОБУН№7



Обычно адаптация проходит от 3 до 4 недель. Но период болезни не входит в этот промежуток. Если ребенок не адаптировался к садику по истечении 3 месяцев, необходимо обратиться к специалисту. Как же взрослым помочь малышу быстрее привыкнуть к детскому саду?

- **Соблюдайте режим дня .**

- Малышу будет проще привыкнуть к режиму в садике, если порядок поддерживается родителями дома. Если для ребёнка будет естественным спать в обед, вставать утром до 8, ложиться в 9 вечера, это не будет вызывать дополнительных трудностей при адаптации.
- **Установите доверительные отношения с малышом**
- Старайтесь говорить ребёнку, когда именно вы вернетесь. Например, после того как он поспит и поест.. Обязательно выполняйте данное обещание. Таким образом придёт понимание, что вы временно отсутствуете , и что за ним всегда придут. Проигрывайте дома эту ситуацию с игрушками.

# Необходимые навыки для посещения детского сада



## Поощряйте его стремление к общению со сверстниками.

Чаще ходите в гости, посещайте игровые площадки. Выбирайте места для прогулок там, где собирается много детишек с родителями. Обращайте внимание на других детей, поощеряйте полезные навыки общения. Пусть ребенок привыкает доброжелательно общаться с другими детьми. Это необходимые социальные навыки.



Не стоит приносить в сад мелкие, хрупкие игрушки. Также нежелательно давать ребёнку одну конфету или печенье, он не наестся, но вызовет зависть других детей.



Приучайте к выполнению санитарно-гигиенических процедур, горшку, навыкам самообслуживания.



В детском саду проводится воспитательно-образовательная работа и необходимо поддерживать труд воспитателей, прислушиваться к их рекомендациям.



# Запрещённые фразы при поступлении в детский сад:

- **«Учись кушать самостоятельно, в детском саду тебя никто кормить не будет!»** Фраза, которая формирует негативную установку ребенка на детский сад. Малыш воображает, что это страшное место, где ему никто не поможет, и он будет предоставлен сам себе.
- **«Ну-ка поделись игрушкой, пойдешь в садик придется делиться, там все игрушки общие».** Еще одна негативная установка, которая к тому же не стимулирует к щедрости. Когда ребенок впервые придет в сад, он будет накрепко прижимать любимого зайца к себе, чтобы тот вдруг не стал общим.
- **«Не плачь, а то отдам тебя в детский сад».** Детский сад в качестве наказания, формирует у ребенка представление, что это очень плохое место, куда отдают непослушных детей, и где его будут обижать.
- **«Успокойся немедленно, иначе отдам тебя в детский сад и там оставлю».** Эта установка еще хуже предыдущей. Когда ребенок пойдет в детский сад, он все время будет бояться, что за ним не придут и оставят здесь навсегда.





- **«Там не страшно, не бойся, воспитательница и дети не будут тебя обижать».** Даже если ребенок до этого момента не беспокоился относительно садика, теперь начнет. Раз мама его утешает, значит, нужно бояться, что в саду страшно и там его будут обижать.
- **«Я останусь с тобой в группе».** Не обещайте ребенку то, чего на самом деле не собираетесь делать. Обманывая ребенка, мы подталкиваем его к недоверию, а когда он подрастет – ко лжи. Поэтому, если уж вы пообещали остаться, не уходите пока ребенок сам не согласится вас отпустить.
- **«Если ты пойдешь в садик, я тебе куплю...»** Таким образом, вы воспитываете манипулятора, который будет вымогать покупку за то, что поел, пошел в сад, убрал игрушки, отправился спать и т.д.
- **«Не плачь! Смотри, другие детки не плачут».** Никогда не сравнивайте ребенка с другими детьми. Чувство вины и собственной неполноценности – не лучшие помощники в жизни.

***Спасибо за внимание!***