

Рекомендации родителям по адаптации детей к детскому саду

Вопрос об определении ребенка в детский сад, когда он подрастает, становится очень важным для каждой семьи. Однако взрослым необходимо знать, как помочь малышу пройти **период адаптации**, который заключается в плавном переходе от семейной домашней атмосферы к условиям дошкольного учреждения.



Совет № 1

Прежде чем отдавать малыша в садик, познакомьте его с ним. Месяца за 2-3 до предполагаемого торжественного события погуляйте рядом с садиком. Зайдите во двор и покажите само здание, площадку, деток, играющих на площадке. Скажите, что детки дружат между собой и им весело вместе играть.

Желательно, чтобы первое знакомство с воспитателем проходило на нейтральной территории.



Совет № 2

Прежде чем отдавать малыша в садик научите его навыкам самообслуживания: держать ложку и вилку, пить из стакана, а не из бутылки или поильника. Также ребенок должен уметь самостоятельно снимать и надевать трусики, носки, штаны или колготки, самостоятельно обуваться, приучить пользоваться унитазом. Также следует научить малыша объяснять свои желания.



Совет № 3

Приучайте малыша к садиковскому режиму заранее. Например, будите его в то же время, в которое ему нужно будет вставать в сад. Укладывайте спать в обед в то же время, в которое укладывают детей в саду.

Совет № 4

Поиграйте дома в детский сад и почитайте сказки на эту тему, чтобы ребенок понимал, что и как он будет делать в группе. Например, возьмите мишку, его маму медведицу, придумайте игрушку — воспитателя и деток из группы и "проиграйте" весь день медвежонка в саду.

О том, что мама забирает из садика нужно сказать обязательно. Чтобы ребенок не решил, что его оставили в садике на всегда.

Совет № 5

Постарайтесь не отдавать малыша в садик, если дома происходят какие-либо изменения.

Например, переезд или появление братика или сестрички. Во втором случае, малыш может решить, что от него пытаются избавиться, чтобы заниматься другим ребенком. Возможно, что он станет ревновать и проявлять агрессию.



Совет № 6

Если ваш малыш большую часть времени проводил дома в кругу родных и близких, то перед началом посещения садика желательно почаще ходить в гости или на площадку, чтобы ребенок привыкал к новым местам и лицам. Если вы идете в гости, попробуйте оставить малыша на какое-то время, чтобы он привыкал бывать без мамы.

Совет № 7

Приучайте к садиковой еде, основу которой составляют каши, тушеные овощи, котлеты, супы и т.д. Ведь если ваш малыш ест исключительно макароны, то он вряд ли согласится есть картошку, например.

Если малыш видит в тарелке знакомую пищу, то ему легче будет привыкнуть к садику. Потому что основные показатели успешной адаптации в садике – спокойный сон, еда и желание справлять нужду в положенном месте.



Совет № 8

С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подросток и готовится ходить в детский сад.

Совет № 9

Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя.

Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тётке. Научите ребёнка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.

Совет № 10

На первых порах постарайтесь уделять вашему малышу тройное внимание дома и на прогулках, напоминайте вечером ему о садике, о ребятах, о воспитательнице. Самое главное - не бойтесь слез ребенка, ведь он пока не может реагировать иначе!

Не раздражайте ребенка своими слезами и нервозностью. Многие мамы не могут сдержать эмоций при расставании с ребенком утром, когда ребенок уходит в группу. Если у мамы не получается быть выдержанной, лучше доверить папе отвести ребенка в садик.

Как долго может протекать адаптационный период? Это зависит и от характера, и от темперамента, и от состояния здоровья ребенка. Считается, что адаптация к садiku в среднем длится 1-2 месяца, но у кого-то этот период может растянуться на полгода и больше

Лёгкой Вам адаптации к детскому саду!

