

«Как помочь ребенку в период адаптации к детскому саду»

1. Прежде всего, убедитесь в своей уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
2. В доме необходимо создать спокойную обстановку. Следует пораньше укладывать малыша на ночной сон после теплой ванны. Общение с ребенком в этот период должно быть особенно ласковым.
3. Родителям заранее надо рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем дети туда ходят, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. Целесообразно провести с ребенком беседы: «Детский сад – это такой красивый, большой дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, кроватки, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело»
4. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло, что он туда ходит. В присутствии малыша расскажите родственникам и знакомым о большой удаче – его приняли в детский сад.
5. Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени: просить, а не отнимать игрушки. А так же проявлять внимание и сочувствие к сверстникам (делиться игрушками, уступать); отзываться на просьбу сверстника, помогать ему; называть по имени и отчеству воспитателей группы, знать свое имя, бережно относиться к вещам и игрушкам. В игре доброжелательно и с симпатией относиться к товарищам, играть вместе с другими детьми, совместно с другими детьми пользоваться игрушками.
6. Приучайте ребенка к режиму. Очень важно оздоровить ребенка. Старайтесь, чтобы ребенок как можно больше времени проводил на свежем воздухе (не менее 4-х ч. Зимой и весь световой день летом). Если у ребенка плохой аппетит, не кормите его насильно. Постарайтесь приблизить домашний рацион к рационну детского сада. Исключите из питания ребенка протертую пищу.



7. Сообщите воспитателю, каким ласковым именем называют дома ребенка, расскажите о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни. Необходимо и в выходные дни, когда ребенок дома, придерживаться режима дня, принятого в детском саду. Резкие изменения режима, даже на протяжении нескольких дней, выбивают ребенка из привычного ритма и вызывают излишнюю нервозность.

8. Если у ребенка к моменту поступления в детский сад сохранилась привычка к укачиванию или сосание соски, отучать необходимо постепенно: сначала дома, потом в детском саду, договорившись с воспитателем. Малыш может принести в группу любимые игрушки, книжки, с которыми он не расстается. Это поможет ребенку легче и безболезненно привыкнуть к детскому саду.

9. Научите ребенка управляться с одеждой самостоятельно. Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек или пуговиц, ботинки на липучках. Главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным. Сделайте маркировку одежды, познакомьте с ним малыша, чтобы он легко узнавал свою одежду.

10. Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша.

11. Ребенок привыкает тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он построит взаимоотношения. Помогайте ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по имени. Спрашивайте дома о Лене, Толе и т. д. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью к другим людям в вашем присутствии.

12. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени – компенсируйте это качеством общения: чаще обнимайте ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте любые изменения его настроения.

13. Обучайте ребенка здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками, употребляя слова выражающие просьбу, благодарность; выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенных местах, аккуратно пользоваться туалетом, не выходить из-за стола не окончив еды, говорить спасибо. Необходимо помнить, что родители образец для поведения – что делают родители, то делают и дети!

14. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте детским садом.

15. Разработайте с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания – ему будет проще отпустить вас.

