

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ В ДЕТСКОМ САДУ.



РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ

РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ



Ваш малыш идет этой осенью в детский сад? Если так, вам наверняка хочется, чтобы ребенок как можно спокойнее принял перемены в своей жизни, ладил с воспитателями и другими детьми и каждое утро шел в садик с радостью и без капризов. Но нередко родители ведут себя не совсем правильно и невольно мешают малышу адаптироваться к детскому саду. **Как избежать самых распространенных ошибок?**

Когда мама приходит с ребенком в детский сад впервые, малыш зачастую расслаблен и заинтересован тем, что видит. Дети часто первый день остаются в садике довольно бодро, а на второй и третий день уже идут с сопротивлением. Мама очень рада, что ребенок увлекся игрой, и тихонечко сбегает, не попрощавшись с ребенком. Он будет ужасно напуган, охвачен страхом и тревогой. Даже если вы много раз рассказывали ребенку, что в садике он станется один, без мамы, **никогда не уходите незаметно!**

Так как родителям хочется, чтобы малыш поспал по дольше, его будят практически «впритык» ко времени, когда уже нужно выходить в садик. Потом ребенок только и слышит: «Давай быстрее», «Опоздываем в садик», «Потом поговорим» и т.д. Часто малыш с утра еще не может хорошо соображать и мама раздражается, повышает голос и все утро получается конфликтным. Настроение испорчено у всех, и ребенок отправляется в садик в расстроенных чувствах. **Просыпайтесь сами и будьте малыша заранее, чтобы у вас было достаточно времени на неспешные сборы,** вы могли уделить внимание малышу: погладить ножки и головку, поцеловать и другие нежные слова и действия. Все это так важно для хорошего настроения у вас обоих! Выходите в садик заблаговременно, чтобы вы не нервничали по дороге сами и могли настроить вашего ребенка на позитивный лад.

Многие родители не задумываются о том, насколько **важно придерживаться режима дня детского сада.** Ребенку, который привык ложиться спать после 22.00, сложно будет просыпаться в 7 утра. А в садик, как правило, нужно вставать очень рано. Деток, которых родители заранее не перевели на детсадовский режим дня, сразу видно в группе по утрам в первые дни. Они трут сонные глазки, они плаксивы и раздражительны, болезненно воспринимают все, что происходит вокруг.

То, как ребенок чувствует себя в первые дни в детском саду, накладывает отпечаток на все его последующее отношение к этому месту.



ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ

НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ:



- **Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад!** Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», – тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют «держат слово». Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

- **Нельзя пугать детским садом** («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

- **Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.** Это может привести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

- **Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро,** если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.



Поступление в сад — это момент отделения ребенка от родителей, и это испытание для всех. У мамы и папы тоже "рвется" сердце, когда они видят, как переживает малыш, а ведь в первое время он может заплакать только при одном упоминании, что завтра придется идти в сад.



СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ.



1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми.

Посещайте с ним детские площадки, приучайте к играм со сверстниками.

2. Обучайте ребенка до начала посещения детского сада навыкам самообслуживания:

пользоваться горшком, самостоятельно есть, одеваться и т.п.

3. Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.

Заранее приведите его в группу, чтобы он познакомился с воспитателями, погулял вместе с детьми.

4. В первое время оставляйте ребенка в саду лишь на несколько часов,

забирайте во время прогулки, до обеда. Постепенно увеличивайте этот интервал, приходя за ним после обеда, тихого часа, полдника.

5. Важно создавать положительный образ детского сада.

Делайте акцент на всем, что может способствовать позитивному настрою: расскажите о том, что ему может быть там интересно, чему он сможет научиться.

6. Позаботьтесь о том, чтобы собрать ребенку все, что ему может понадобиться в группе

(запасную одежду, сменную обувь, спортивную форму и т.п.).

7. Общайтесь с воспитателями, спрашивайте о состоянии и самочувствии своего ребенка,

о том, как он ведет себя среди сверстников. Не забудьте предупредить, если у него есть какие-то привычки или непереносимость отдельных продуктов, аллергия.

8. Одна из самых распространенных проблем — утренний плач ребенка при расставании с родителями.

Важно дать понять, что ходить в садик придется, что вы его любите и обязательно придете за ним. Сократите «сцену прощания». Уже через несколько минут после ухода родителя ребенок успокаивается. Создайте «ритуал прощания»: например, что вы помашете ему в окошко, так ему будет проще отпустить вас. И не забудьте похвалить его в те дни, когда ваше расставание будет проходить спокойно.

9. По дороге домой старайтесь поговорить с ребенком, узнайте, что было за день хорошего,

чем дети занимались, с кем ребенок играл, что узнал нового.

ПОМНИТЕ, ВАЖНЫ ТЕРПЕНИЕ, ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ И ПОНИМАНИЕ!

