

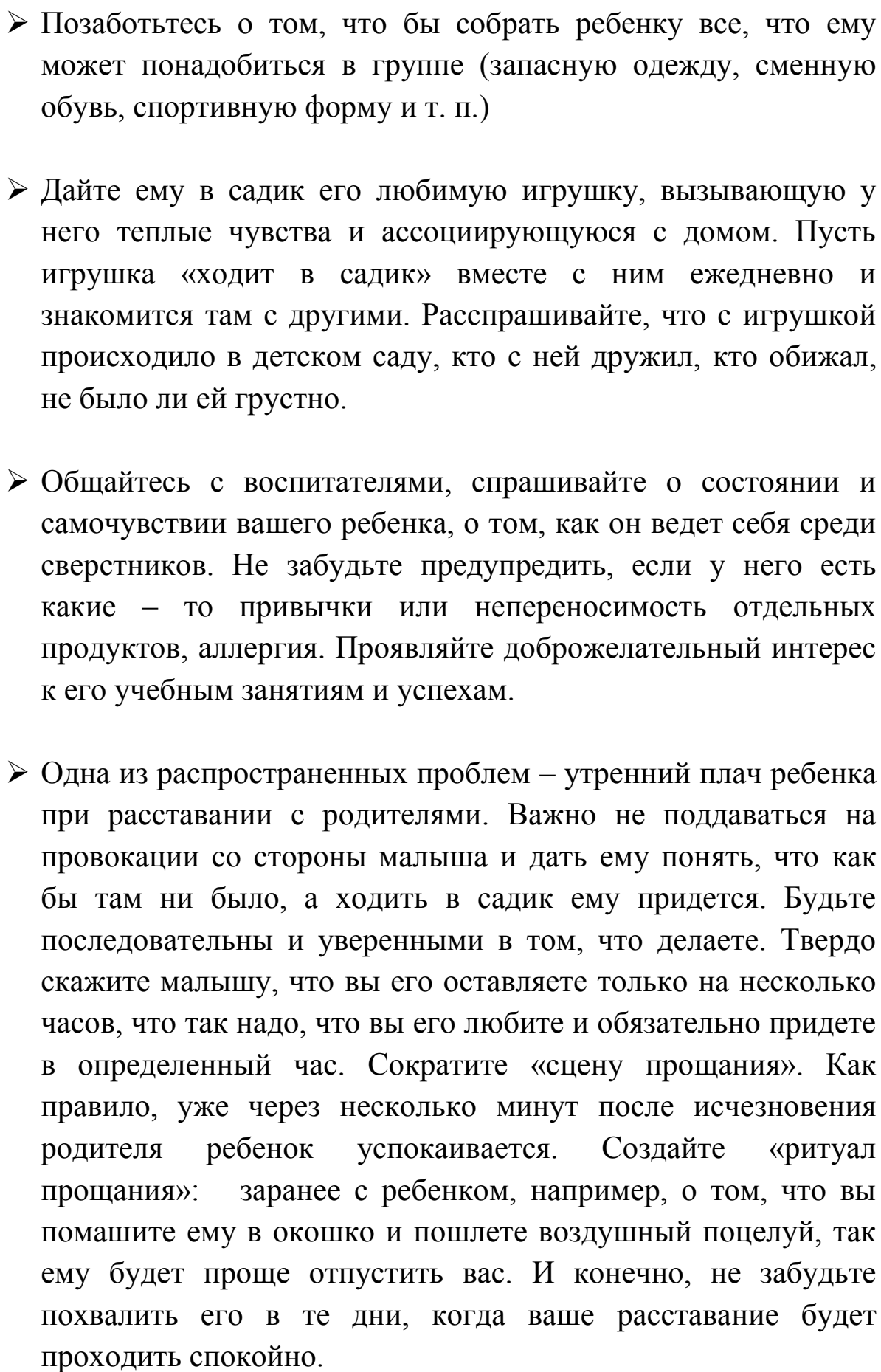
АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД В ДЕТСКОМ САДУ

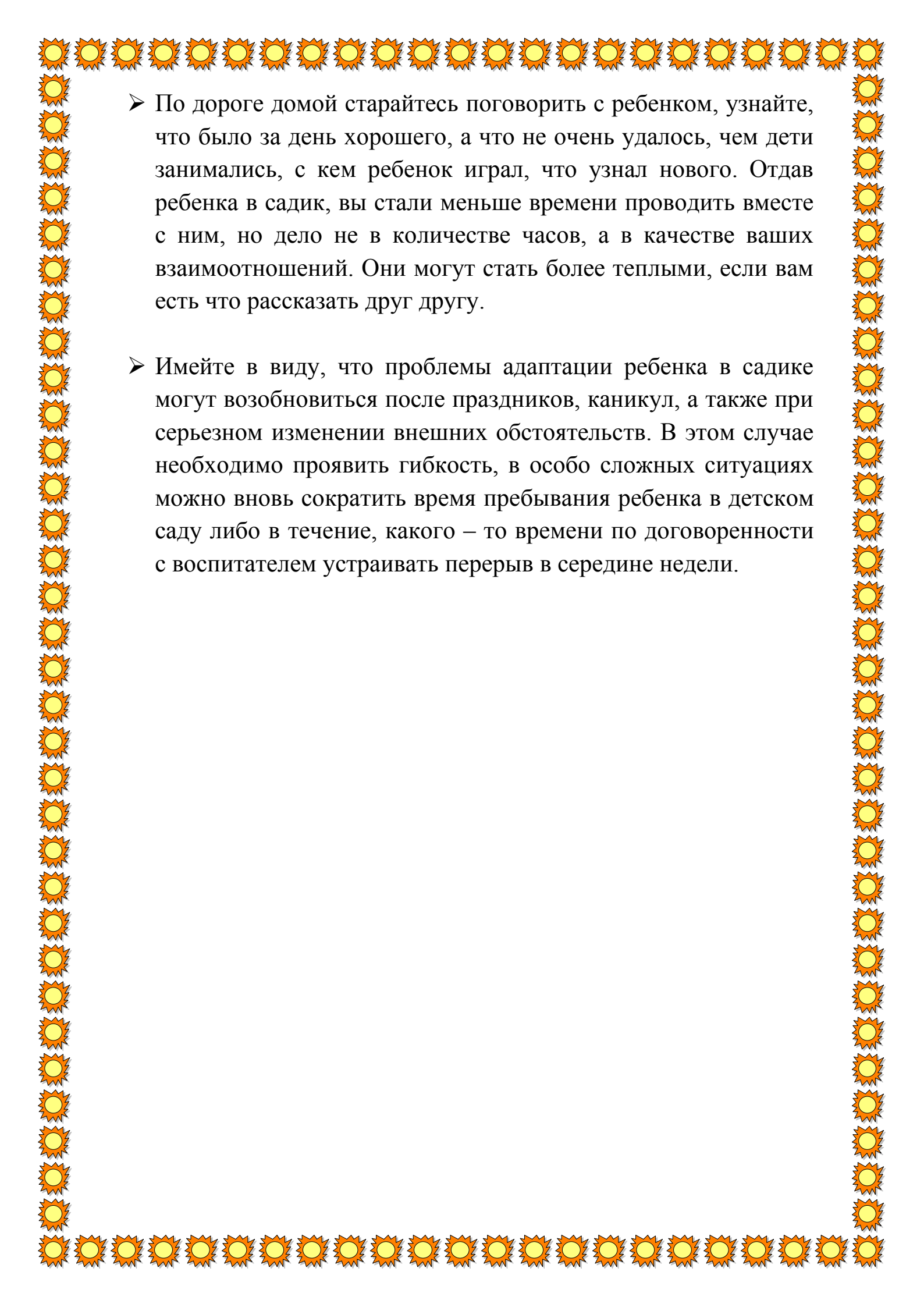


Начальный период посещения детского сада очень сложен для детей. Чтобы облегчить процесс адаптации, важно уделять ребенку в этот период особое внимание и готовить его к посещению детского сада заранее.

Рекомендации родителям:

- Готовьте ребенка к общению с детьми и взрослыми. Посещайте с ними детские площадки, праздники, дни рождения, приучайте к играм со сверстниками.
- Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. Заранее приведите его в группу, что бы он познакомился с воспитателями, погулял вместе с детьми. 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. Если не возникает осложнений, через 1 – 2 недели можно перейти на обычный режим. Однако не затягивайте процесс адаптации, иначе ребенок привыкнет к своему особому положению.
- Никогда не пугайте ребенка детским садом или воспитательницей. Важно создавать положительный образ детского сада. Вместе с тем, отправляя ребенка в садик, не сулите ему райской жизни, будьте честны с малышом, однако делайте акцент на всем, что может способствовать позитивному настрою: расскажите о том, что ему может быть там интересно, чему он сможет научиться.

- 
- Позаботьтесь о том, что бы собрать ребенку все, что ему может понадобиться в группе (запасную одежду, сменную обувь, спортивную форму и т. п.)
 - Дайте ему в садик его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка «ходит в садик» вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно.
 - Общайтесь с воспитателями, спрашивайте о состоянии и самочувствии вашего ребенка, о том, как он ведет себя среди сверстников. Не забудьте предупредить, если у него есть какие – то привычки или непереносимость отдельных продуктов, аллергия. Проявляйте доброжелательный интерес к его учебным занятиям и успехам.
 - Одна из распространенных проблем – утренний плач ребенка при расставании с родителями. Важно не поддаваться на провокации со стороны малыша и дать ему понять, что как бы там ни было, а ходить в садик ему придется. Будьте последовательны и уверенными в том, что делаете. Твердо скажите малышу, что вы его оставляете только на несколько часов, что так надо, что вы его любите и обязательно придете в определенный час. Сократите «сцену прощания». Как правило, уже через несколько минут после исчезновения родителя ребенок успокаивается. Создайте «ритуал прощания»: заранее с ребенком, например, о том, что вы помашите ему в окошко и пошлете воздушный поцелуй, так ему будет проще отпустить вас. И конечно, не забудьте похвалить его в те дни, когда ваше расставание будет проходить спокойно.

- 
- A decorative border consisting of a repeating pattern of stylized suns with yellow centers and orange rays, arranged in a rectangular frame around the text.
- По дороге домой старайтесь поговорить с ребенком, узнайте, что было за день хорошего, а что не очень удалось, чем дети занимались, с кем ребенок играл, что узнал нового. Отдав ребенка в садик, вы стали меньше времени проводить вместе с ним, но дело не в количестве часов, а в качестве ваших взаимоотношений. Они могут стать более теплыми, если вам есть что рассказать друг другу.
 - Имейте в виду, что проблемы адаптации ребенка в садике могут возобновиться после праздников, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявить гибкость, в особо сложных ситуациях можно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение, какого – то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

Как оставить ребенка в детском саду?

- Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.
- Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.
- Попросите других членов семьи отводить ребенка в детский сад.
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой – то предмет.
- Принесите в группу свою фотографию.
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания.
- Присутствуйте в группе вместе с ребенком первые дни или недели.
- Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.
- После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте возможность ребенку подвигаться, поиграть в подвижные игры.
- Устройте семейный праздник вечером.
- Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.
- Будьте терпеливы.

