

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем.



Адаптация – приспособление человека к новой обстановке, а для ребёнка детский сад, несомненно является новым, ещё неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребёнка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Родителям важно знать, что при поступлении в детский сад **ВСЕ** дети проходят через адаптационный период. Условия жизни ребенка меняются, когда он поступает в ДООУ. Ребенка окружают новые люди, меняются приемы воспитания, обстановка.

В этой ситуации маме и папе важно сохранять спокойствие, не показывать беспокойства и тревоги! Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им.

Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это еще больше усиливает детскую тревогу.

НАСТРАИВАЕМСЯ И ОБЪЯСНЯЕМ...

1. Убедитесь в собственной уверенности в том, что детский сад необходим Вашему ребёнку именно сейчас. Вместе с тем, главный критерий готовности малыша - готовность его родителей.

2. Расскажите ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети. Сейчас Ваша задача - позитивно настроить ребёнка на происходящие перемены.

3. Подробно расскажите ребёнку о режиме дня в детском саду: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет Ваш рассказ, и чем чаще Вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя малыш.

4. Готовьте ребёнка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к совместным играм.

5. Поговорите с ребёнком о том, к кому он может обратиться за помощью и как. Попробуйте проиграть все эти ситуации дома.

6. Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои услуги, свои игрушки другим детям.

7. Поиграйте с ребёнком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребёнком. Понаблюдайте, что делает он с этой игрушкой, что говорит, помогите вместе с ребёнком найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребёнка через неё, ориентируя игру на положительные результаты.

8. Познакомьтесь с воспитателями и педагогами группы, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребёнка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребёнка.

9. Будьте снисходительны и терпимы к другим, идеальных людей нет. Но при этом обязательно проясняйте ситуацию, тревожащую Вас. Главное - делайте это в мягкой форме или с помощью специалистов.

10. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом, в период адаптации важен положительный настрой.

11. Проводите с ребёнком больше времени, компенсируйте недостатки общения - чаще обнимайте, разговаривайте. Скажите ему: "Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает грустно. Когда что-то новое начинается, сначала всегда бывает трудно, а потом привыкаешь и становится интересно. У тебя всё получится".

12. Разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, и малышу будет проще отпускать Вас.

13. Помните, что на привыкание к детскому саду ребёнку может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если в этот период у семьи будет возможность подстроиться под особенности адаптации своего малыша.

ПРАВИЛЬНО ПРОЩАЕМСЯ



✓ Скажите ребёнку уверенным и твёрдым голосом, что Вам пора идти поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь

✓ Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например, словами: "Вижу, у вас сегодня ожидается прекрасный день" (далее можно намекнуть воспитателю на то, что ребёнок сейчас займётся его любимым рисованием, или игрой...)

✓ Заранее определите время, когда Вы должны за ним прийти (например, сразу после обеда) и будьте обязательно верны своему обещанию

✓ Попрощавшись, - уходите, не оборачиваясь!