

Первые минутки в детском саду



Для того чтобы период адаптации ребёнка прошёл безболезненно:

- ✓ Это, прежде всего согласованность действий родителей, педагогов, соблюдение общего подхода к ребенку в семье и детском саду, т.е. единая система взаимодействия. Требования к ребенку должны быть последовательными и доступными. Важно постоянно упражнять ребенка в действиях, которые он осваивает, поощрять, давать положительную оценку за попытку выполнения.
- ✓ Нужно четко понимать, как родители относятся к поступлению в детский сад, так к этому будет относиться и ребенок. Если родители радуются вместе с ребенком, гордятся, что он подрос и ходит в детский сад, где у него будет много друзей, игр, занятий, то ребенок будет ждать детский сад с радостью. А если мама тревожится, высказывает массу опасений по поводу пребывания ребенка в детском саду, нелестно отзывается о воспитателях или детях, то происходит

эмоциональное «заражение» ребенка. Он тоже начинает тревожиться, беспокоиться, что неблагоприятно сказывается на его адаптации.

- ✓ Взрослым надо вести себя так, чтобы ребенок почувствовал гордость родителей за него - ведь он уже большой и может ходить в детский сад.
- ✓ Нужно обязательно объясните ребёнку, что такое детский сад и зачем туда ходят дети. Постарайтесь простыми словами создать положительный образ садика (например, в детский сад приходят такие же, как и ты, дети, они там вместе играют, учатся, кушают, в детском саду много игрушек и добрые воспитатели, которые заботятся о детях).
- ✓ Подробно расскажите ребёнку о режиме детского сада: 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 ваш малыш, когда пойдет в детский сад. Спрашивайте у малыша, запомнил ли он, что будет делать в саду после прогулки, куда складывать свои вещи, кто ему будет помогать раздеваться, а что он будет делать после обеда. Соблюдайте режим дня дома.
- ✓ Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает; например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитательнице и скажи: «Я хочу пить», и Анна Николаевна нальёт тебе воды. Если ты захочешь в туалет, скажи об этом». Объясните, что в группе много детей и иногда ему придётся подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу: «Воспитатель не может одеть сразу всех детей, тебе придётся немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома.
- ✓ Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.
- ✓ Начинайте постепенно готовить ребёнка к поступлению в детский сад. Первое время приводите его только на прогулку. Поощряйте ребёнка

общаться с другими ребятами из группы, хорошо, если у малыша появятся друзья в первые 3 – 5 дней.

- ✓ Ознакомьтесь с распорядком дня дошкольного учреждения и приведите расписание ребенка в соответствие с этим распорядком. Научите ребёнка делать всё, что понадобится в детском саду (одеваться, умываться, кушать разную еду, спать днем).
- ✓ Заранее познакомьте ребёнка с воспитателями группы, в которую отправиться ваш малыш.
- ✓ Познакомьтесь с другими детьми и их родителями, приглашайте новых друзей вашего ребёнка на совместные прогулки в выходные дни. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателем, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребёнку.

Специалисты рекомендуют:

- ✓ Первые 2 - 3 недели можно оставлять ребёнка в детском саду на несколько часов, постепенно увеличивая это время до необходимой нормы. Первые несколько дней постарайтесь ходить в детский сад вместе с ребёнком (вы можете оставаться там на 2 – 3 часа).
- ✓ Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – осенью он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребёнком, ведь его приняли в детский сад.
- ✓ На дневной сон оставлять ребенка после 10-14 дней со дня поступления в дошкольное учреждение.
- ✓ Следует помнить, что после болезни, длительного перерыва (отпуска, каникул) ребенок проходит процесс адаптации заново.
- ✓ В период адаптации, постарайтесь не оставлять малыша на целый день в детском саду. Найдите возможности самим забирать ребенка из детского сада. Хвалить его за прожитый день.

- ✓ На время прекратить походы в цирк, театр, гости. Намного сократить просмотр телевизионных программ.
- ✓ Постарайтесь быстро расставаться с ребенком. Адаптация предполагает наличие у мамы готовности отпустить малыша, предоставить ему возможность больше самостоятельности, способность обретению независимости от самих родителей.
- ✓ Не нервничайте и не переживайте по поводу расставания с ребёнком. Дети очень чутко реагируют на состояние родителей, а это только обостряет ситуацию. Разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.
- ✓ Если ребёнок всё же заплакал, не реагируйте и не бросайтесь его жалеть. Обнимите, поцелуйте и скажите, что вы скоро вернётесь. Затем встаньте и выйдите из комнаты. Воспитатели знают, что истерики прощания чаще всего заканчиваются через 3 - 5 минут после ухода родителей
- ✓ Мама, в период адаптации должна стать партнером по играм, по освоению предметного мира и окружающего пространства.

Психологическая готовность родителей к поступлению малыша

в детский сад:

- ✓ Создайте спокойный, бесконфликтный климат для ребёнка в семье. Щадите его ослабленную нервную систему. Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему. Не реагируйте на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте ребёнка.
- ✓ Не критикуйте детский сад в присутствии ребёнка, это вызывает в нем желание не ходить в такое плохое место. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
- ✓ Учитесь справляться с тревожностью, беспокойством, которые высказывают массу опасений по поводу пребывания ребенка в детском саду. Происходит эмоциональное «заражение» ребенка, он тоже

начинает тревожиться, беспокоиться, что неблагоприятно сказывается на его адаптации. Внутренняя работа родителей помогает признать переход малыша на новый этап развития, новый **статус-дошкольника**.

- ✓ Учитесь доверять воспитателям, прислушиваться к их советам, рекомендациям, не критикуйте их. Вместе с педагогами решайте возникшие трудности. Стремитесь к единой системе взаимодействия, взаимопонимания и сотрудничества.
- ✓ **Помните:** наглядным примером для ребенка выступают сами родители; тон которым сообщается требование выбирайте дружественно-разъяснительный, а не повелительный.

Желаем Вам терпения, терпимости, спокойствия и оптимизма в организации поддержки, которая требуется ребенку для обеспечения его успешного пребывания в детском саду.

Педагог-психолог: Белова Людмила Ивановна