



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА К ДЕТСКОМУ САДУ



Елена Михайловна Кулеша
педагог-психолог МБДОУ
«ДС № 62 «Почемучка»

Адаптация ребёнка к новым обстоятельствам жизни – сложный процесс, как для детей, так и для взрослых (родителей, воспитателей). Ребёнок пока ещё не способен выразить свои чувства словами, поэтому появляются значимые перемены в его поведении. Но если отнестись к малышу внимательно и без раздражения, то эти временные отклонения пройдут быстрее и менее болезненно для Вас и ребёнка.



КАК ПОМОЧЬ ВАШЕМУ РЕБЁНКУ БЫСТРЕЕ ПРИВЫКНУТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ:

1. Будьте в контакте с воспитателем – интересуйтесь поведением ребёнка в саду, его отношением с взрослым и сверстниками, обсуждайте возникшие проблемы.

2. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.

3. Не обманывайте ребёнка, забирайте домой вовремя, как пообещали.



4. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребёнка к детскому саду. Он чувствует ваши переживания.

5. Настраивайте ребёнка на мажорный лад. Говорите ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.



6. Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании идти в сад! Он имеет право на такую реакцию. Лучше ещё раз напомните, что вы его любите и обязательно заберете из детского сада.

7. Во время прощания с мамой часто ребёнок начинает капризничать – держаться всеми силами за маму. Иногда даже громко кричит, рыдает и устраивает истерики. Нужно спокойно поцеловать малыша, помахать ему рукой и «передать» в надежные руки воспитателя (если он сам отказывается идти). Обычно дети, особенно раннего возраста, плачут минут 5-10 и успокаиваются.



8. Обязательно придумайте ритуал прощания: чмокнуть в щечку, помахать рукой, стукнуться ладошками и т.д.

9. Посещая садик, в выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка.

10. Не скупитесь на похвалу.

Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.



11. По возможности приводить малыша в детский сад должен кто-то один: мама, папа, дедушка или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.



12. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников – это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным. Тогда тревога не пройдет вообще.

13. Первое время ребёнок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву.

Поэтому в период адаптации ребёнку просто необходимо «выпускать» эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности.

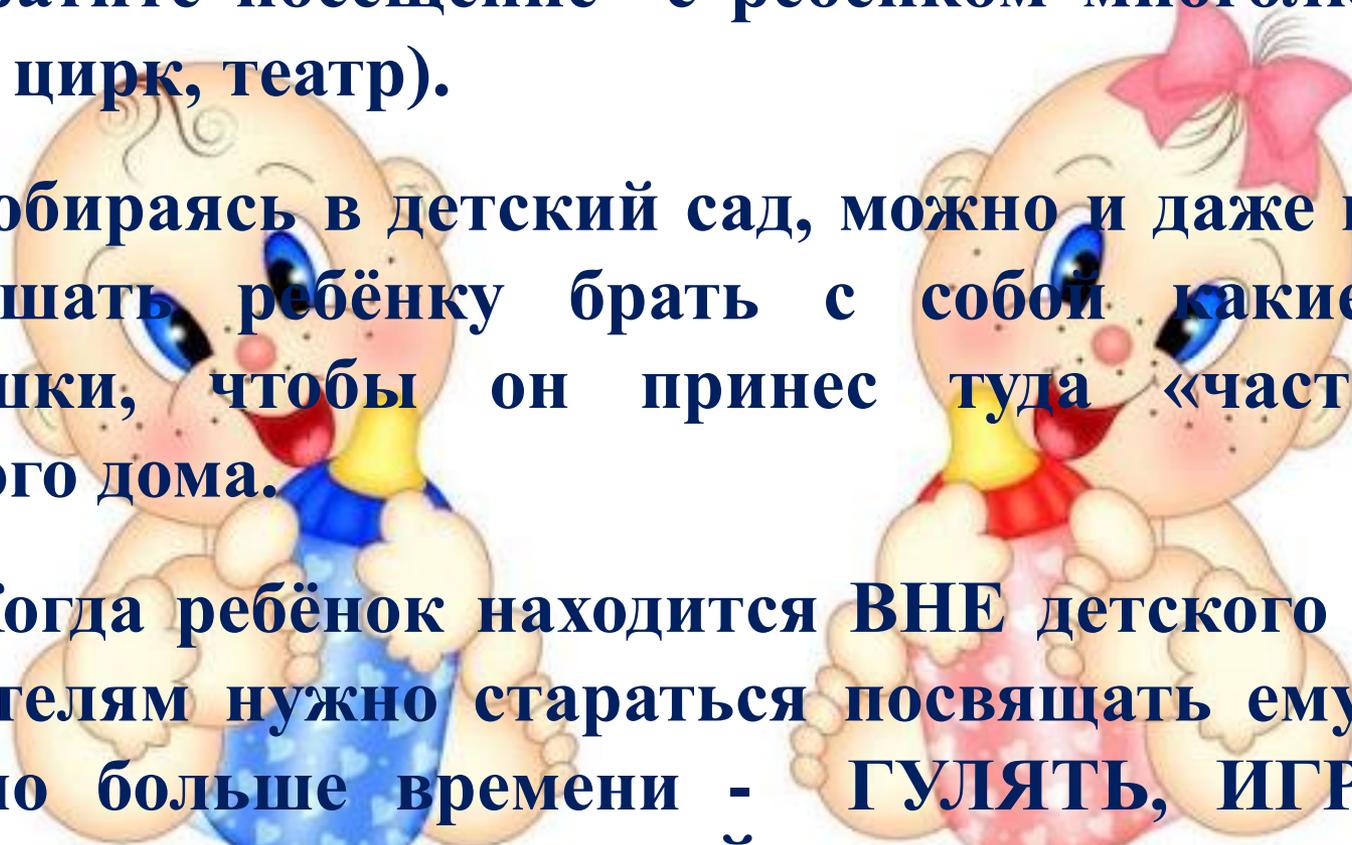
Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает – это ему необходимо.



14. Щадите нервную систему ребёнка. На время прекратите посещение с ребёнком многолюдных мест(цирк, театр).

15. Собираясь в детский сад, можно и даже нужно разрешать ребёнку брать с собой какие-либо игрушки, чтобы он принес туда «частичку» родного дома.

16. Когда ребёнок находится ВНЕ детского сада, родителям нужно стараться посвящать ему как можно больше времени - ГУЛЯТЬ, ИГРАТЬ, РАЗГОВАРИВАТЬ, ЧИТАЙТЕ КНИЖКИ.



*Эти советы помогут пережить
ребёнку процесс адаптации к
условиям детского сада.*

*Если вам нужна квалифицированная
помощь, педагог-психолог детского
сада «Почемучка» всегда ждёт вас.*



**РАДУЙТЕСЬ ПРЕКРАСНЫМ
МИНУТАМ
ОБЩЕНИЯ СО СВОИМ
МАЛЫШОМ!**