

Адаптация к детскому саду.

Помогут в этом следующие советы:

- Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах
- Играйте с ребенком в "детский сад", рассказывайте ему о детском садике. О том, что если мама и папа работают, то они отводят своих деток в детский сад, туда, где много других ребят, где есть интересные игрушки, веселые занятия.
- Читайте и рассказывайте ребенку стихи, сказки и приучайте его внимательно слушать. Пусть даже сначала кроху будет хватать лишь на пару минут. Старайтесь постепенно увеличивать время чтения, развивая у малыша произвольное внимание.
- Играйте в игры на подражание — "попрыгаем, как зайчики", "полетаем, как воробушки", "походим, как мишки". Умение повторять действия взрослых пригодятся ребенку и на физических, и на музыкальных занятиях, во время подвижных игр с воспитателем.
- Приучайте ребенка к самостоятельности в сфере гигиены и самообслуживания. Если на момент поступления в детский сад ваш малыш будет уметь сам надевать сандалии, садиться на горшок, он будет чувствовать себя в группе более уверенно.
- Собираясь на прогулку, не торопитесь одеть ребенка — пусть он попробует справиться сам, даже если это займет больше времени. Спокойно помогайте малышу во время одевания, объясняйте, как правильно надеть сандалии, колготки, футболку.
- Укрепляйте здоровье ребенка.
- Самый простой способ укрепить иммунитет — это не снижать его, пытаясь держать ребенка в тепличных условиях. Если вы слишком тепло одеваете ребенка даже дома, даете ему только теплое питье, стараетесь с ним поменьше бывать в общественных местах, чтобы он не болел, то в детском саду вы получите как раз обратный эффект. Одевайте ребенка всегда по погоде .
- Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т.д.), при выполнении режимных моментов поощряйте и обязательно развивайте детскую самостоятельность.
- О предстоящем поступлении в детский сад говорите с ним, как о радостном событии. Воздержитесь от собственных опасений в присутствии ребенка.
- Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается.
- Дайте ребенку в детский сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а наутро снова с нею встретиться. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете, как ребенку удастся привыкнуть к детскому саду.
- Поиграйте с ребенком с домашними игрушками в детский сад, распределите роли детей, воспитателей. Помогите игрушке найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя на игру на положительные результаты.
- Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в сад.
- 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 ребенком, ведь его приняли в детский сад.
- Подробно расскажите ребенку 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 ребенок,

когда пойдет в 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. Вопросами, такого рода, вы сможете проконтролировать, хорошо ли ребенок запомнил последовательность событий. Малышей пугает неизвестность. Когда ребенок видит, что ожидаемое событие происходит, как и было обещано, он чувствует себя увереннее.

-Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сможет сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», Если захочешь в туалет, скажи об этом.

-Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребенка и, уж точно, обрадуют других детей. Это могут быть коробочки, с вложенными в них забавными предметами; красивые бумажные салфетки или лоскутки, приятной на ощупь, ткани; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или бумажную собачку. Тогда, вам проще будет отправлять ребенка в сад, с игрушкой веселее идти, и проще завязать отношение с другим ребенком.

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

-Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

-Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период, у вас будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

-Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам.

Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже и т.д

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это, качеством общения. Чаще обнимайте ребенка.

Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится».

И пожалуй одно из самых главных условий- это положительный настрой родителей!!! Ваши переживания и волнения очень легко могут передаться ребенку! Не волнуйтесь, ведь вы привели ребенка в большую и дружную семью.