

Адаптация ребенка к детскому саду



Рекомендация для родителей 1 младшей группы «Звездочка»

Период адаптации

Период адаптации в детском саду — это время, в течение которого ребенок привыкает к новым условиям жизни. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и физической силы организма.

Выделяют три фазы адаптации:

Острая фаза — это время у ребенка могут наблюдаться частые заболевания, нарушения сна, аппетита. Изменяется поведение: могут появляться упрямство, грубость и даже регресс в речевом развитии.

Собственно адаптация — в этот период ребенок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется в поведении.

Фаза компенсации — дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик.

Период адаптации у всех детей протекает и длится по-разному, и зависит от многих причин: от возраста, состояния здоровья ребенка, от особенностей нервной системы.

Как облегчить период адаптации

Соблюдайте самое важное правило:
спокойная мама — спокойный
ребенок!

рекомендуется

- ❖ Не затягивайте процесс прощания, долгие объятия и поцелуи провоцируют детские слезы (придумайте «ритуал прощания»)
- ❖ Если расставание с мамой проходит тяжело, то рекомендуем приобщать папу, бабушку или кого-нибудь из родственников, чтобы они отводили малыша в детский сад
- ❖ Время пребывания в детском саду увеличиваем постепенно (индивидуально).
- ❖ Постарайтесь забирать малыша пораньше. Не опаздывайте!
- ❖ Создать дома для ребенка режим дня (сон, игры, прием пищи), соответствующий режиму ДОУ

- ❖ Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- ❖ Научите малыша знакомится с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои.
- ❖ Расскажите ребенку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он, как и другие дети, тоже его посещал.
Проходя мимо детского сада, с радостной интонацией напоминайте ребенку, как ему повезло: что он ходит в детский сад
- ❖ Поиграйте с ребенком в Детский сад: «Дети собираются на прогулку», «Дети обедают», «Дети готовятся к дневному сну».
Роль воспитателя может взять на себя мама или ребенок, а детишками пусть будут игрушки.
- ❖ В беседах с ребенком подчеркивайте его достижения, связанные с посещением детского сада

Не рекомендуется

- ❖ Нельзя пугать и наказывать детским садом (*МЕСТО, КОТОРЫМ ВЫ ПУГАЕТЕ, НЕ СПОСОБНО ВЫЗВАТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ*)
- ❖ Нельзя наказывать за слезы при расставании (Лучше поцелуйте, обнимите его и еще разок уверьте, что вы его любите и обязательно заберете из детского сада)
- ❖ Плохо говорить о детском саде или воспитателях при ребенке
- ❖ Не обещайте того, чего не сделаете. Не нарушайте своих обещаний!
- ❖ Не меняйте режим дня во время болезни, по праздникам, в выходные
- ❖ Не приводите ребенка с недомоганием.

Задача родителей- быть спокойными, терпеливыми и заботливыми.

И обнимайте ребенка, как можно чаще!



Все у вас получится!