

Как помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду?

- Постарайтесь постепенно переходить на «режим» детского сада, даже если малыш остался дома, то время подъема, приема пищи, дневного сна должно соответствовать режимным моментам в детском саду.
- Дорога в детский сад должна быть приятной для малыша, выходите с запасом во времени, ведите приятные беседы.
- Приводить первые дни ребёнка вы будете не к завтраку, а к прогулке и оставлять на участке.
- Не затягивайте процесс прощания, долгие объятия и поцелуи провоцируют детские слезы.
- Ребенок должен почувствовать уверенность в Вашем поведении, в правильности того, что детский сад необходим.
- Не обманывайте малыша, говоря ему: «Я тебя сейчас заберу». Объясняйте: «Ты покушаешь, поиграешь с детьми, а потом я тебя заберу».
- Не огорчайтесь и не ругайте малыша за то, что он может первое время не кушать в саду. Но постарайтесь и не встречать его с «мешком сладостей». Захватите с собой сок, а придя домой покормите ребенка как обычно.
- В присутствии ребенка с гордостью сообщайте знакомым: «А мы пошли в детский сад!» Малыш должен почувствовать свою значимость и определенную взрослость и Вашу эмоциональную поддержку.
- Не провоцируйте ребенка вопросами в присутствии посторонних: «Тебе нравится в саду? Ты хочешь ходить в садик?» Побеседуйте с ним наедине, в спокойной обстановке.
- Постарайтесь в присутствии ребенка не обсуждать свои опасения и недовольства детским садом, смысл ребенок может и не понять, а эмоциональная окраска ему будет вполне ясна.
- Слезы во время утреннего расставания с родителями практически не являются индикатором уровня адаптации к детскому саду. Для Вас гораздо важнее психосоматические параметры состояния ребенка, а именно: сон, аппетит, уровень возбудимости.
- Сейчас, как никогда, чаще хвалите ребенка, говорите ему, что очень его любите, гордитесь им – этим Вы формируете у него нормальную самооценку.
- Беседуйте с воспитателями, задавайте вопросы всем специалистам детского сада, мы с радостью придем на помощь к Вам и Вашим детям.

Важно!



Приём детей осуществляется с 7:00 до 8:00. Своевременный приход в детский сад - необходимое условие правильной организации воспитательно-го процесса.



Об отсутствии ребёнка по болезни или по другим причинам необходимо заранее оповестить воспитателя

При пропуске воспитателем более 5 дней предоставляется справка от врача.



Первые признаки того, что ребенок адаптировался.

- хороший аппетит
- спокойный сон
- охотное общение с другими детьми
- адекватная реакция на предложения взрослого
- нормальное эмоциональное состояние (жизнерадостный, активный, любопытный...)



Что нужно взять с собой в детский сад?

- Сменную обувь (подписать Имя,фам.)
- 3 комплекта сменного белья (носочки, трусики, маечки, колготки, футболки, шорты (штаны) для мальчиков и платья для девочек.
- 2 Пакета для хранения чистых и использованного белья -Косметические



Что не следует приносить в детский сад

- колющие, режущие предметы
- мелкие игрушки
- сладости и другие продукты
- мобильные телефоны, пластиковые карты





Что нужно взять с собой в детский сад!

- Сменную обувь (подписать имя,фам. ребенка)
- 3 комплекта сменного белья (носочки, трусики, маечки, колготки, футболки, шорты (штаны) для мальчиков и платья для девочек.
- 2 Пакета для хранения чистых и использованного белья
- Косметические салфетки для носа
- Платочки для улицы

Родителям необходимо помнить, что адаптация у всех детей протекает по-разному. Детские психологи утверждают, что насильно пытаться «сдать» ребенка в детский садик не стоит, ведь гораздо лучше будет, если он будет посещать детский сад с радостью и удовольствием.

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма. Детям любого возраста очень не просто начинать посещать детский сад, ведь вся их жизнь меняется кардинальным образом.

Удачи вам. Уверена, у вас всё получится.

МБДОУ Детский сад №57
«Аленушка»

Адаптация ребенка к детскому саду



Что нужно сделать для успешной адаптации ребенка к детскому саду

1. Заранее ознакомиться с режимом жизни в группе садика, куда записан Ваш малыш, и попытаться максимально приблизить к ней жизнь дома.
2. Познакомить малыша с воспитателями его группы, которые помогут ему адаптироваться к совершенно новой жизни в детском саду.
3. По возможности, заранее договориться с воспитателями (заведующей) об удобном для Вашего ребенка времени и режиме посещения садика в период адаптации.
4. Еще до поступления в детский сад в качестве моральной подготовки можно прогуливаться возле садика, чтобы ему было видно как гуляют дети, обсудить с ним то, что он видит, возможно, зайти на территорию.
5. Говорить с крохой о том, что Вы тоже в детстве ходили в садик, о том, как это было, о хороших воспоминаниях, но также и о том, что было сложного в Вашем опыте.
6. Познакомиться с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.
7. Обучить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать, пользоваться во время еды ложкой; проситься на горшок. Одежда обязательно должна быть удобна для ребенка данного возраста, оптимальный вариант: брючки или шорты без застежек и лямок.
8. Детально "проигрывать" с ребенком при помощи кукол/игрушек сюжеты, режимные моменты, с которыми малышу придется столкнуться в садике (например, прогулка, обед, приход в группу и т.д.).
9. Расширить "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми.
10. Сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните: чем спокойнее и эмоционально положительнее родители будут относиться к такому важному событию как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
11. В первый день лучше прийти на прогулку, так как на прогулке (в игре) малышу проще найти себе друзей, познакомиться с воспитателем.
12. Особенно в первые дни пребывания в группе без родителей, малышу очень большой подмогой будет любимая игрушка, принесенная из теплого родного дома, которая в некоторой степени заменит ему близкого человека.
13. Планировать свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.
14. Для предупреждения нервного истощения разумно было бы сделать в середине недели "выходной день" для малыша.
15. В период адаптации дома необходимо соблюдать режим дня, больше гулять в выходные дни, снизить эмоциональную нагрузку.
16. Не подвергать малыша и его новых "соратников по группе" опасности, поэтому не стоит приводить его в садик с признаками заболевания.
17. Для профилактики ОРВИ рекомендуется принимать витамины, есть больше фруктов, овощей.



Если у ребенка развита потребность в сотрудничестве с близкими и посторонними взрослыми, если он владеет средствами предметного взаимодействия, любит и умеет играть, стремится к самостоятельности, если он открыт и доброжелателен по отношению к сверстникам, считайте, что он готов к поступлению в детский сад или ясли.