КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
на базе МБДОУ д/с № 15 «Ласточка»
муниципальное образование город-курорт Геленджик

адаптация в детском саду

✓ Для маленького ребенка очень важен режим дня! Если Вы собираетесь начать ходить в детский сад, то лучше заранее выработать привычку у ребенка просыпаться в тоже время, в какое вы будете его будить по утрам. Невыспавшийся ребенок с нарушенным режимом дня может отрицательно относиться к детскому саду именно по причине того, что ему приходится вставать раньше обычного! И пусть вопрос режима дня кажется Вам банальным, но практика показывает, что он чрезвычайно важен!!!!!!!

✓ Ребенок будет чувствовать себя увереннее, если он владеет необходимыми навыками самообслуживания для данного возраста. Если Вы сомневаетесь, все ли уже умеет делать Ваш малыш, заранее поговорите с педагогом об этом и выясните все нюансы.

✓ Если Вы собираетесь отдать ребенка в детский сад, то уверенность в том, что детский сад – это необходимость, должна у вас присутствовать. Если ребенок чувствует неуверенность взрослого – то ли нужно ходить – то ли не нужно, то, вероятнее всего, он будет противиться. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию

с родителями. Как показывает практика, легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

- ✓ Рекомендуем Вам говорить ребенку о детском саде только хорошее! Не пугать детским садом и не наказывать детским садом! Доверяйте воспитателям! Чтобы снизить свою тревожность, особенно опекающим мамам и бабушкам, надо помнить, что они передают ребенка в добрые руки. Познакомьтесь с педагогом, расскажите об особенностях Вашего ребенка, о его привычках и вкусах. Это поможет воспитателю быстрее найти общий язык с малышом.
- ✓ Расспрашивайте ребенка ежедневно о жизни детского сада. Провожайте ребенка в группу и встречайте его с улыбкой. Удивляйтесь и хвалите ребенка, Ваша беседа с ним о том, как он прожил этот день в саду, должна быть эмоционально окрашена.
- ✓ Не ленитесь – проигрывайте дома различные ситуации в саду. Пусть одна из игрушек исполнит роль ребенка. Понаблюдайте, что делает игрушка в детском саду, что говорит, вместе с ребенком помогите игрушке найти друзей, с ее помощью – решайте проблемы Вашего малыша. Передайте ребенку технологию поведения в различных ситуациях.
- ✓ 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. Чем лучше будут Ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть Вашему ребенку.
- ✓ Совершенных людей нет. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую Вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.
- ✓ 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. Когда что-то новое, то всегда сначала непривычно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!»
- ✓ Период адаптации у всех детей может длиться по-разному. Но в среднем, у нас с Вами есть 3-6 недель, на то, чтобы выполнить все требования, привыкнуть к детскому саду и приобрести положительный опыт пребывания в нем. Тогда, в дальнейшем, можно избежать многих проблем. Давайте активно сотрудничать в этот период!
- ✓ По всем интересующим Вас вопросам рекомендуем обращаться к специалистам нашего консультационного центра. Консультации проводятся по предварительной записи **тел: 8(86141)-3-28-45** или на сайте ДОУ.

Адаптационный период считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.