

Як полегшити адаптацію дитини до дитячого садка: алгоритм дій батьків

Малюки по-різному адаптуються до нових соціальних умов. Одні легко входять у дитячий колектив, швидко звикають до вимог вихователів, режиму дня у групі. Інші переживають процес адаптації довго й болісно. Цей алгоритм допоможе у складний період батькам, які планують віддати дитину в дитячий садочок



ЗА МІСЯЦЬ ДО ПЕРШОГО ДНЯ

Розповідайте дитині про дитячий садок — що там є, чим займаються діти, хто доглядає за ними.

Гуляйте біля дитячого садка, говоріть: «Скоро й ти ходитимеш сюди гратися з дітьми».

Відповідайте на всі запитання дитини тільки правдиво.

Навчіть дитину ділитися та обмінюватися іграшками, гратися разом з іншою дитиною, відстоювати своє без агресії. Наголошуйте на різниці між особистими і спільними іграшками.



ЗА ТИЖДЕНЬ ДО ПЕРШОГО ДНЯ

Сходіть із дитиною в дитячий садок на екскурсію: прогуляйтеся територією, зайдіть у майбутню групу, познайомтеся з вихователем, помічником вихователя.

Розмовляйте з працівниками дитячого садка доброзичливо та ввічливо. Це продемонструє дитині, що батьки довіряють працівникам, з ними безпечно спілкуватися.

Кожного дня нагадуйте дитині, що скоро вона піде в дитячий садок — наступного понеділка, через три дні.

РОЗПОВСЮДЖЕННЯ без дозволу видавця ЗАБОРОНЕНО!

Розповсюдження цього матеріалу в друкованому чи електронному вигляді порушує законодавство України і призводить до адміністративної та кримінальної відповідальності (ст. 52 Закону України «Про авторське право і суміжні права», ст. 176 КК, ст. 512 КпАП)
© Цифрове видавництво MCSFR



ПЕРШИЙ ДЕНЬ

Приведіть дитину під час прогулянки та залишайтеся з нею увесь час, поки діти гуляють. Розмовляйте з вихователем, спонукайте дитину самостійно гратися з дітьми.



Якщо ви привели дитину у групу під час заняття чи гри, будьте доступні для дитини, не залишайте її.

Тривалість перебування дитини в дитячому садку — не більше 2 годин.

Після прогулянки заберіть дитину додому. Похваліть її за хорошу, чемну поведінку в перший день у дитячому садку. Привітайте дитину та влаштуйте вдома маленьке свято «Перший день у дитячому садку»: сходите із дитиною в кафе або парк атракціонів, весело проведіть час разом.

Обов'язково говоріть протягом дня про те, що сьогодні знаменний день, а завтра ви знову підете в дитячий садок.



ДРУГИЙ ДЕНЬ

Приведіть дитину перед прогулянкою, щоб вона погратися трохи у групі, відтак разом із іншими зібралася та вийшла на вулицю.



На цей раз залишайтеся осторонь — у роздягальній кімнаті, на певній відстані біля ігрового майданчика. Але не залишайте дитину саму, нікуди не йдіть.

Тривалість перебування дитини в дитячому садку — 2 години. Якщо дитина виявить бажання побути довше, ніж у попередній день, — дозвольте це, але не змушуйте затримуватися.

Дорогою додому зробіть приємний сюрприз для малюка — купіть щось смачненьке, маленьку іграшку, погуляйте довше, ніж зазвичай, тощо.

Удома продовжуйте обговорювати з близькими у присутності дитини, яка вона самостійна — вже ходить у дитячий садок!



ТРЕТІЙ ДЕНЬ

Прийдіть зранку. Спостерігайте за дитиною: чи варто залишити її в групі з вихователем, а самій відійти. Обов'язково скажіть: «Ти побудеш з вихователем і дітками, а я піду до магазину (на збори батьків, на роботу, на зустріч тощо). Я повернуся, коли ви будете гуляти, ми підемо додому».



Якщо дитина дуже тривожна і не відпускає вас, не йдіть. Намагайтеся домовитися з дитиною, щоб вона погодилася побути без вас.

Залишаючи дитину, в її присутності обміняйтеся номерами телефонів із вихователем. Наголосіть, що дитина може звертатися до вихователя, якщо захоче в туалет, пити або щось інше.

Прийдіть за дитиною на прогулянку. Швидше за все, вона захоче ще погратися з дітьми, можливо й пообідати. Тривалість перебування в дитячому садку регулюйте зважаючи на бажання і настрій дитини. Якщо вона хоче залишитися на обід, залишайте. Це — чудово!



ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

У перший тиждень залишайте дитину в дитячому садку лише на півдня. Спати ще не залишайте. Якщо дитина сама проявить ініціативу — забороняти не потрібно!

Тривалість перебування в дитячому садку змінюйте лише за згодою самої дитини.

Підтримуйте будь-яку ініціативу дитини залишитися на довше.

Хваліть дитину за те, що вона пішла в дитячий садок. Радійте разом з усіма близькими, що трапилася така хороша подія!



Якщо правила садочка дозволяють, дайте дитині з собою улюблену іграшку. Це зменшить тривожність, збільшить упевненість у своїх силах.

Влаштовуйте приємні сюрпризи, створюйте позитивні емоції після дитячого садка, але поступово зменшуйте інтенсивність. Якщо в перший день ви ходили разом їсти морозиво,

РОЗПОВСЮДЖЕННЯ без дозволу видавця ЗАБОРОНЕНО!

Розповсюдження цього матеріалу в друкованому чи електронному вигляді порушує законодавство України і призводить до адміністративної та кримінальної відповідальності (ст. 52 Закону України «Про авторське право і суміжні права», ст. 176 КК, ст. 512 КпАП)
© Цифрове видавництво MCFR

каталися на каруселях, відвідували зоопарк, то в останній день тижня достатньо купити дитині маленький презент — олівці, наклейки, печиво, улюблений фрукт.

Правильно реагуйте на почуття дитини. Якщо вона плаче, не забороняйте і не заперечуйте її почуття. Скажіть, що ви розумієте, як дитині сумно, важко без мами. Нехай відчує, що ви приймаєте ці почуття, що вони нормальні.



ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

Спробуйте домовитися з дитиною про те, щоб залишити її у групі до сну, поки ви підете на роботу чи у справах.

Приходьте за дитиною, коли вона ще обідає, та зачекайте, поки закінчиться обід.

Хваліть за проведений день в дитсадку, уважно слухайте і співпереживайте дитині.

Упродовж тижня говоріть дитині, що інші діти залишаються в дитячому садку для денного відпочинку. Скажіть, що скоро і вона теж залишатиметься на денний сон і спатиме на власному ліжечку, а забирати її будете одразу після сну. Вона прокинеться, а ви уже на неї чекаєте! Запропонуйте разом сходити в магазин і купити гарну піжамку.

Наприкінці тижня домовтеся з дитиною про те, щоб вона залишилася на денний сон. Прийдіть за нею до садка трошки раніше, ніж вона прокинеться.

У п'ятницю влаштуйте родинне свято «Два тижні в дитячому садку».



ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ І ДАЛІ

Поступово збільшуйте тривалість перебування дитини в дитячому садку. Намагайтеся наполегливо переконувати її, домовляйтеся з дитиною, щоб вона погодилася залишатися якнайдовше — до вечері, після вечері.



Якщо дитина не відвідує дитячий садок більше ніж 21 день, їй доведеться знову пройти всі кроки адаптації. Можливо, це відбудеться дещо швидше, ніж першого разу, але будьте готові до ще одного «Першого разу в дитсадок».

РОЗПОВСЮДЖЕННЯ без дозволу видавця ЗАБОРОНЕНО!

Розповсюдження цього матеріалу в друкованому чи електронному вигляді порушує законодавство України і призводить до адміністративної та кримінальної відповідальності (ст. 52 Закону України «Про авторське право і суміжні права», ст. 176 КК, ст. 512 КпАП)
© Цифрове видавництво MCFR

Успішної вам адаптації!

РОЗПОВСЮДЖЕННЯ без дозволу видавця ЗАБОРОНЕНО!

Розповсюдження цього матеріалу в друкованому чи електронному вигляді порушує законодавство України і призводить до адміністративної та кримінальної відповідальності (ст. 52 Закону України «Про авторське право і суміжні права», ст. 176 КК, ст. 512 КпАП)

© Цифрове видавництво MCSFR