

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ

Что делать, чтобы помочь ребенку адаптироваться к детскому саду?

Советы психолога:

❖ Начать подготовку ребенка можно задолго до того, как он придет в дошкольное учреждение. Проходя мимо детского сада, вы можете рассказать ребенку, что сюда приходят дети, а тети-воспитатели с ними играют и занимаются. При каждом удобном случае желательно организовывать прогулку с ребенком на участке детского сада: покачать его на качелях, предложить скатиться с горки, походить по дорожкам, поиграть в песочнице, все время подчеркивая – "Это твой детский сад. Когда подрастешь, то будешь сюда приходить". И очень скоро вы увидите, как малыш, проходя мимо, начнет узнавать "свой" детский сад, с удовольствием играть на площадках, вступать в общение с детьми. А однажды, возможно, он добавит: "Хочу в мой детский сад".

❖ Следующий прием, который можно использовать называется "Нарисуй "Мой детский сад", "Мои дети". Представьте себе, что вы находитесь дома и вместе с ребенком рисуете "его детский сад, его детей". Полученные рисунки можете повесить куда-нибудь на стенку, чтобы ребенок мог часто видеть их. Сопровождать процесс рисования желательно словами: "Это Егора детский сад, Егора воспитательница, она хорошая, будет любить Егора, играть с ним, читать книжки" и т.д.

❖ Также можно использовать такую игру, как "Скульптор и глина", где вы можете слепить воспитательницу, детей в детском саду и т.д.

Желательно не менее чем за месяц до прихода в детский сад показать ребенку интерьер здания, заглянуть в музыкальный зал, в группу, познакомиться с воспитателем.

Распишите заманчивые картины

Выясните, чем ваш ребенок будет заниматься в детском саду, и опишите ему все это в самых радужных тонах.

В первые дни побудьте с ребенком в детском саду. Для малыша, который только пойдет в детский сад, будет некоторым утешением, если в первый раз вы проведете с ним несколько часов вместе. Поговорите с воспитателем, чтобы малыш увидел, что этот человек нравится маме и папе, что ему можно доверять.

Оставьте игрушку

Детский сад станет не таким страшным местом, если оставить ребенку его любимую игрушку.

- Маленькое фото родителей положенное в потайной карманчик, тоже может утешить малыша.
- Заранее узнайте режим дня в детском саду и приблизьте, по мере возможности, домашний к нему.
- Избегайте обсуждения при ребенке волнующих вас проблем, связанных с детским садом.
- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его там на целый день.

- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

Прощайтесь весело

Не затягивайте расставания долгими объяснениями, поцелуями и сладкими обещаниями. Например, совсем не следует говорить ребенку, что не стоит ничего бояться, что ничего плохого с ним не случится. Если малыш заметит родительскую тревогу, он решит, что для нее, видимо, есть какой-то серьезный повод.

Обнимите ребенка, поцелуйте, скажите, когда вы за ним зайдете, и оставьте, улыбнувшись – независимо от того, рыдает он или нет.

Дайте понять: детский сад – это не навсегда

Расскажите своему малышу, чем вы займетесь с ним этим вечером, чтобы он понял: детский сад – это не навсегда. Принесите что-нибудь небольшое, но памятное, и тревога немного уменьшится.

Поинтересуйтесь, чем занимался малыш в саду. Бывает, что прошло несколько недель, но момент расставания по-прежнему мучителен: ребенок плачет и кричит, когда вы уходите. Однако возможно, что как только вы скрываетесь из виду, он обо всем забывает и весело играет весь остаток дня. Узнайте у воспитателя, как он ведет себя днем. Если ребенок быстро успокаивается после вашего ухода, можно больше не волноваться.

Подчеркивайте, что ваш ребенок, как прежде дорог вам и любим.

Только при внимательном, заботливом отношении к ребенку, адаптация ребенка к детскому саду может пройти безболезненно и быстро.

Подготовила педагог – психолог: Антончик Т.В.