

Рекомендации родителям по адаптации ребенка к детскому саду

Вопрос об определении ребенка в детский сад, когда он подрастает, становится очень важным для каждой семьи. Взрослым необходимо знать, как помочь малышу пройти период адаптации, который заключается в плавном переходе от семейной домашней атмосферы к условиям дошкольного учреждения.

Детский сад – новый период в жизни малыша. Для ребенка это, прежде всего первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем.

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка:

- тревога, связанная со сменой обстановки (из привычной, домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и режима (в детском саду приучают к определенной дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна, к тому же личный режим дня ребенка нарушается, это может провоцировать истерики и нежелание идти в детский сад);
- отрицательное первое впечатление от посещения детского сада. Оно может иметь решающее значение для дальнейшего пребывания ребенка в дошкольном учреждении;
- психологическая неготовность ребенка к детскому саду. Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития. Чаще всего это происходит, когда ребенку не хватает эмоционального общения с мамой;
- отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду;
- избыток впечатлений. В ДООУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и в последствии этого – нервничать, плакать, капризничать;

- личное неприятие воспитателя или воспитателей. Такое явление не следует рассматривать как обязательное, но оно возможно.

Несложные действия способны уменьшить тревожность и положительно повлиять на адаптацию ребенка к новым жизненным условиям. Так, рекомендуется приучать ребенка к детскому саду постепенно. Родителям стоит заранее подготовить себя и малыша к первому дню посещения дошкольного учреждения. Необходимо заранее создать дома для ребенка режим дня (сон, игры и прием пищи), соответствующий режиму детского сада.

В первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше двух часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2 – 3 недель (данный период индивидуален для каждого ребенка), учитывая желание малыша, можно оставить его на целый день в детском саду.

Каждый раз после прихода из детского сада необходимо спрашивать ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание сына или дочери на положительных моментах, так как такими короткими замечаниями вы способны сформировать у них позитивное отношение к дошкольному учреждению.

Если малыш плачет, стоит взять его на руки, успокоить – вероятно, ему не хватает прикосновений матери, которых совсем недавно было намного больше.

Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.

В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в детском саду, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

Желательно дать ребенку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад. Все это время надо рассказывать о садике, о том, как много интересного его там ждет. Пусть эти разговоры будут эмоционально окрашены, они помогут успокоить малыша.

Когда малыш начнет весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день, - это верный знак того, что он освоился.

Рекомендации родителям по подготовке ребенка к детскому саду

1. Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети играют и гуляют, маме надо заняться делами семьи).

2. Заранее спланируйте прогулки на территории выбранного учреждения. Обращайте внимание малыша на красоту территории детского сада. Акцентируйте внимание малыша на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.

3. С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.

4. Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня в детском саду, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну в свою жизнь.

5. Расскажите ему, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Научите его примерным фразам, словам, какими он сможет обращаться к новым своим друзьям. Почитайте стихи или детские истории о детском саде, покажите картинки.

6. Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя. Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тете. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.

7. Предупреждайте малыша, что могут быть и трудности из-за того, что там деток много, а воспитатель один. Обучайте его терпению. Но всегда заверяйте, что мама или папа обязательно придут за ним.

8. Поиграйте с ребенком дома в игру «Детский сад». Создайте пару типичных ситуаций, которые могут возникнуть в группе. Подскажите несколько вариантов для малыша, которые помогут ему на них реагировать. Этим вы будете закладывать основы общения и вхождения малыша в новый коллектив – в начале детский, потом школьный, а затем уже и взрослый.

9. Важное средство общения в дошкольном учреждении – это детские игрушки. Чтобы часть семейной атмосферы была с малышом, позвольте ему брать с собой любимые игрушки. Научите его делиться ими с другими детьми.

10. Обговорите с малышом, как вы будете прощаться и как встречаться в детском саду. Несколько раз проделайте несложные, но очень важные действия для малыша при прощании и встрече. Пытайтесь их в будущем придерживаться.

11. Будьте уверены, что малыш готов к детскому саду, владеет всеми необходимыми навыками самообслуживания, речью, умеет заявлять о своих потребностях.

12. Поддерживайте общение с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, с кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери. Участвуйте в жизни малыша, радуйтесь его успехам и творчеству. Это хороший фундамент детско-родительских взаимоотношений.

13. Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателем решайте без агрессии и не в присутствии ребенка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостатками работы дошкольного учреждения при ребенке.

14. Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали, укладывали спать. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома.