

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ДНЕЙ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА, КОГДА ВЫ УЖЕ ОСТАВЛЯЕТЕ РЕБЁНКА В ДЕТСКОМ САДУ

- ✓ Скажите ребёнку уверенным и твёрдым тоном, что Вам пора идти поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживаясь;
- ✓ Продемонстрируйте свою уверенность в воспитателе, обратившись к нему с такими, например, словами: "Вижу, у вас сегодня ожидается весёлый день" (далее можно намекнуть воспитателю на то, что ребёнок сейчас займётся его любимым рисованием, или лепкой, или игрой...);
- ✓ Скажите ребёнку, как он может определить время, когда Вы должны за ним прийти (например, сразу после обеда) и будьте обязательно точны при этом;
- ✓ Попрощавшись, – уходите, не оборачиваясь;
- ✓ Будьте терпеливы. Помните, малышу намного тяжелее, чем Вам. Ему нужна Ваша помощь и поддержка.



@kopilka.dou

ВОЗМОЖНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ

• **Любимая игрушка.** Обычно такой ребёнок будет брать с собой игрушку в сад, может быть и не одну. Возможно, будет приносить и уносить её каждый день, менять игрушки. В данной ситуации игрушка для ребёнка является в своём роде частичкой его домашнего мира – —с ней не так страшно идти в сад, мне будет, во что там играть ‖, - думает ребенок.

• **Истерика с утра.** Она может начаться у ребёнка по дороге в детский сад, неожиданно перед входом в сад или как только вы зашли в раздевальную комнату. Здесь важно, чтобы родители как можно быстрее помогли переодеться ребёнку и передали его воспитателю. Не уговаривайте и не сюсюкайтесь с ним – это лишь усугубит ситуацию новым наплывом слёз и капризов.

• **Эмоциональные родители.** Случается, что сами родители, видя своего кроху таким несчастным, начинают плакать. Постарайтесь держать свои эмоции в руках. Многие дети, зайдя в группу, быстро успокаиваются и отвлекаются за игрой. А вы, уважаемые родители, всегда можете позвонить своему воспитателю и узнать, как обстоят дела. **Вам никто никогда не откажет в такой просьбе.**



Как правило, дети и требуют особенного внимания со стороны воспитателя: нужно ответить на вопросы, поиграть с ним в его игрушку. Педагогу должно быть интересно всё, чем интересуется малыш. Ребёнок начинает видеть в своём воспитателе своего союзника, привыкать к нему. Это очень хорошо! Может быть, завтра или послезавтра ему не так страшно будет идти в детский сад.

Воспитатель привлечёт к игре уже 1–2 других детей, и круг общения ребёнка начнёт потихоньку расширяться.

•**Просто пережить.** Знайте, что такое поведение вашего ребёнка –непринятие детского сада – это не каприз. Здесь, в саду, его никто не обижает и не ругает. Просто он не может сегодня, сейчас, вести себя иначе. Это период, который нужно пережить и вылечиться, как после любой детской болезни.

•**Воспитатели не волшебники.** Некоторые родители считают, что мы, воспитатели как волшебники. Всё это должно прекратиться хотя бы через недели две. Нет и ещё раз нет! Этот процесс трудоёмкий, по времени индивидуальный для каждого воспитанника. Тяжело адаптируемый ребёнок пройдёт через несколько этапов своего становления в группе, прежде чем мы увидим, что вот он уже улыбается, смеётся и не хочет уходить из детского сада.

КАК ОБЛЕГЧИТЬ АДАПТАЦИЮ?

Чтобы облегчить адаптацию ребенка, вы должны позаботиться о своем малыше и принять целый комплекс мер:

- узнайте режим садика и соблюдайте его хотя бы несколько месяцев у себя дома. Это позволит малышу адаптироваться к новым правилам и легче перенести изменения;
- ребенок должен хорошо выспаться ночью. В противном случае возможно сильное ослабление памяти, раздражительность, плаксивость и снижение иммунитета. Идеальное время для сна — 9–10 часов;
- будите ребенка в одно и то же время. Начинайте будить его на 10–15 минут раньше запланированного времени подъема. В этом случае он сможет немного понежиться в кроватке;
- в садик необходимо надевать только ту одежду, которая будет максимально удобна для ребенка. Воспитатель не должен переживать, что испачкает новый и дорогой костюм ребенка;
- внушайте ребенку, что он уже большой и доказывайте это делом. Можете посадить за общий стол, позволить сделать что-то важное; во время адаптации все нововведения (занятия в кружках, ремонты и прочее) лучше отложить. Малышу достаточно новых впечатлений.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ АДАПТАЦИЯ ЗАТЯНУЛАСЬ?

Можно выделить несколько основных факторов, которые свидетельствуют о необходимости «бить тревогу»:

- попытки воспитателей успокоить или что-то объяснить ребенку проваливаются раз за разом;
- вас тревожит одна только мысль о предстоящем посещении садика ребенком;
- малыш часто болеет;
- прошло уже несколько месяцев, но никак не получается искоренить страх ребенка перед детским садиком.

В таких ситуациях лучше не пускать ситуацию на самотек и обратиться к квалифицированному детскому психологу.

Часто хватает нескольких сеансов, чтобы выявить причины страха у малыша и своевременно их устранить.

