

НАСТРАИВАЕМСЯ НА ДЕТСКИЙ САД

Для того, что – бы период адаптации для ребенка прошел безболезненно, родителям рекомендуется:

Изначально объяснить ребенку, что такое детский сад и зачем туда ходят дети. Главное, постараться простыми словами создать положительный образ садика (например: в детский сад приходят такие же, как ты, дети, они там вместе играют, учатся, едят, в детском саду много игрушек и добрые воспитатели, которые заботятся о детях).

- Заочно познакомить ребенка с детским садом во время вашей прогулки. Если вы уже определились с выбором детского сада, можно во время прогулки ненадолго заходить с ребенком на территорию сада, в группы, чтобы ребенок постепенно привыкал.
- Заранее познакомиться с распорядком садика (режимом сна, что ребенок должен уметь уже делать самостоятельно) и постепенно вводить этот режим дня дома, а также обучать тому, что понадобится в детском саду (умение самостоятельно одеваться, умываться, есть).
- Желательно отдавать ребенка в ту группу, в которой он уже знает нескольких детей (это дети ваших друзей либо знакомых, соседей по площадке, с которыми ваш ребенок общается). Заранее познакомьте ребенка с воспитателем группы, в которую отправиться ваш малыш.
- Научит ребенка, как можно знакомиться с новыми детьми и как можно развивать отношения. Адаптация ребенка будет зависеть во многом именно от того, насколько легко он сможет устанавливать отношения в коллективе. Вы сами можете помочь ребенку установить контакты с другими детьми, познакомив его с ними и их родителями, приглашайте новых друзей вашего ребенка на выходные к вам.
- Объяснить ребенку, к кому он может всегда обратиться за помощью, если она ему потребуется.
- В присутствии ребенка не показывать, что вы нервничаете и переживаете по поводу того, что ребенок идет в детский сад. Не позволяйте

себе также критики в адрес детского сада в присутствии ребенка, поскольку все это будет тут же негативно воспринято самим ребенком и вызовет в нем страх, неуверенность и нежелание идти в это место.

- Чаще гуляйте с ребенком на детской площадке, не торопитесь вмешиваться в любой конфликт, дайте ребенку возможность поучиться самому найти выход из ситуации, а себе – возможность погордиться за ребенка: «Вот какой молодец, как ловко забрал свою игрушку, значит, может постоять за себя».
- Хотя бы раз в неделю меняйте с ребенком место для прогулок – это может быть соседский двор, парк, центр города, можно просто проехать две остановки на транспорте, а обратно вернуться пешком или наоборот и т.д.
- Ходите с ребенком в гости и приглашайте гостей к себе, желательно с детьми разного возраста, - учите ребенка общаться, вместе играть, давать играть свои игрушки, просить чужие и т.п. – показывайте, как это надо делать.
- Играйте с ребенком дома в детский сад, начиная от бытовых процессов (кормление, одевание, сон), до игр и занятий. Роль ребенка может выполнять сам ребенок или какая-нибудь игрушка. «Вот как Саша аккуратно кушает, как ребятки в детском саду», «Все ребятки спать легли в свои кровати, и Танечка тоже спать ляжет в свою кроватку».

Если вы определились с выбором дошкольного учреждения, начинайте осваивать его территорию, приходите на утренние и вечерние прогулки (что также поможет вам и ребенку привыкнуть к режиму детского сада), познакомьтесь с воспитателями, играйте с детьми, запоминайте их имена, чтобы потом напоминать их ребенку.

Посетите заранее детский сад проконсультируйтесь с медицинской сестрой или врачом, т.е. сами получите как можно больше разнообразной информации о том месте, где ваш ребенок будет проводить большую часть времени.

Самое главное – это ваше доверие и вера, что все будет хорошо.