Памятка родителям

Адаптация ребенка к условиям детского сада

С поступлением ребёнка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения.

Все эти изменения обрушиваются на ребёнка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т.д.

Длительность адаптации зависит также и от уровня развития ребёнка.

Основные трудности, возникающие в период адаптации:

- Нарушения режима дня, т.е. в домашних условиях режим дня не придерживается детсадовского.
- У большого количества детей проблемы в развитии элементарных навыков самообслуживания, т.е. ребёнок не научен.
- родителями самостоятельно одеваться-раздеваться, пользоваться горшком, самостоятельно есть и т.п.
- Отсутствие правильной речи.
- Отсутствие навыков общения со сверстниками и взрослыми.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

- Возраст
- Состояние здоровья
- Уровень развития
- Умение общаться со взрослыми и сверстниками
- Сформированности предметной и игровой деятельности
- Приближённость домашнего режима к режиму детского сада

Как родители могут помочь своему ребёнку в период адаптации к ДОУ

- По возможности расширять круг общения ребёнка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребёнка на действия и поведение посторонних людей, высказывать положительное отношение к ним.
- Помочь ребёнку разобраться в игрушках: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребёнка в игру
- Развивать подражательность в действиях: «полетаем, как воробушки», «попрыгаем, как зайчики».
- Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.
- Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребёнка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребёнок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить его в детский сад. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребёнка от себя.
- Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

К моменту поступления в детский сад ребёнок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;

- самостоятельно пить из чашки;

- пользоваться ложкой;

- активно участвовать в одевании, умывании.

Что делать, если…

…Ребёнок начал ходить в детский сад:

- Установите тесный контакт с работниками детского сада.
- Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно
- Не оставляйте ребёнка в саду более чем на 8 часов

- Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребёнка.
- С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада.
- Поддерживайте дома спокойную обстановку
- Не перегружайте ребёнка новой информацией
- Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.

...Ребёнок плачет при расставании с родителями:

- Рассказывайте ребёнку, что ждёт его в детском саду.
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребёнком своего беспокойства.
- Дайте ребёнку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет.
- Принесите в группу свою фотографию.
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке)
- Будьте внимательны к ребёнку, когда забираете его из детского сада.
- После детского сада погуляйте с ребёнком. Дайте ребёнку возможность поиграть в подвижные игры.
- Устройте семейный праздник вечером.
- Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу
- Будьте терпеливы.

Мы желаем вам успехов в подготовке к такому важному и волнующему периоду жизни малыша!