

Адаптация к детскому саду

Адаптация к детскому саду – сложный период, как для детей, так и для взрослых (родителей и воспитателей). Детям трудно привыкать к новому месту, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам. Родители испытывают тревогу за своего ребенка и также привыкают к требованиям детского сада. А воспитателям порой непросто найти подход к детям и их родителям.

Советы родителям на период адаптации ребенка

Создайте условия для спокойного отдыха ребенка дома. В это время не стоит водить его в гости в шумные компании, связанные с поздним возвращением домой, а также принимать у себя слишком много друзей. Малыш в этот период слишком перегружен впечатлениями, не следует еще больше перегружать его нервную систему.

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и детском саду. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять отсыпаться слишком долго, что существенно может сдвинуть режим дня.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте ребенка, гладьте по голове, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, больше хвалите, чем ругайте.

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Не ругайте малыша за то, что он плачет и не хочет идти в детский сад.

Организируйте утро так, чтобы день у вас, и у малыша прошел спокойно. Больше родители и ребенок расстраиваются при расставании. Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш.

Дома и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете.

Обязательно говорите, что вы придете, и обозначьте когда (после обеда или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что за ним придут после какого-то события, чем ждать каждую минуту.

Придумайте свой ритуал прощания.

Например, поцеловать, помахать рукой, сказать «Пока!». После этого сразу уходите: уверенно и не оборачивайтесь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее ребенок переживает.

