

Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад

1. Ребенок может привыкать к садику 2-3 месяца.
2. В первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше 2-х часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2-3 или 4 недель, учитывая желание малыша, можно оставлять на целый день.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. **Нормализуйте режим дня,** сделайте его аналогичным детскому саду:
 - завтрак;
 - игры, занятия;
 - второй завтрак;
 - прогулка на свежем воздухе;
 - обед (первое блюдо, второе блюдо и компот);
 - тихий час с 12 до 15 часов;
 - игры, развлечения;
 - ужин;
 - сонТак ребенку легче будет войти в ритм жизни группы
5. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашается идти в детский сад. Плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.
6. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.



Как родители могут помочь своему ребенку

в период адаптации к ДОУ

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад. Каждый день необходимо спрашивать у ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так как именно родители такими короткими замечаниями способны сформировать позитивное отношение к ДОУ.
2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.

ВАЖНО!

Старайтесь не пропускать дни пребывания в ДОУ и ходить ежедневно. Так как после каждого пропуска привыкание к новой обстановке начинается заново.

Адаптация ребенка в ДОУ



Адаптация (от лат. «приспособляю») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Адаптация у всех разная

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую.

При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1–2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Во время **адаптации средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.



Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.

Будьте терпеливы и у Вас вместе все получится!!!



**Педагог-психолог:
Савинкова Наталия Сергеевна**

(по вопросам сопровождения
процесса адаптации детей к
посещению ДОУ)

**д.Красненькая ул.Почтовая 32б
д/с «Маленькая страна»**

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
2. Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно – гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании, умывании.

