

Консультация для родителей по адаптации детей к детскому саду.

30.08.2024

Детский сад – это новая обстановка для малыша. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать как приспособление функций организма ребенка к условиям существования в группе. Вполне ясно, почему маленькие детки с первых дней посещения плачут, тяжело переживают разлуку с мамой. Поэтому нужно заблаговременно, начать процесс адаптации к детскому саду. Создавайте и сохраняйте **позитивное отношение ко всему**, что касается детского сада. **Приведите ребенка на игровую площадку детского сада**, чтобы вместе с мамой издали посмотреть, как дети весело играют друг с другом, строят домики из песка, качаются на качелях и т. д. Затем обо всем увиденном поговорите с малышом дома, поделитесь в его присутствии этой радостной новостью с родственниками и знакомыми. **Посещайте вместе с ребёнком детские парки и площадки**, приучайте его к игре в песочницах, на качелях. Ходите с ребёнком на праздники, на дни рождения друзей, **наблюдайте**, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, или легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.



**Идем в детский сад!
Как облегчить адаптацию?**

Не обсуждайте при ребенке проблемы, связанные с детским садом, которые очень волнуют взрослых. Помните о том, что дети в этом возрасте легко «считывают» эмоции близких, особенно матери, как бы она ни старалась скрыть свое состояние за улыбкой. Заранее **узнайте режим дня дошкольного учреждения** и постарайтесь приблизить к нему режим своего ребёнка;

Постепенно предлагайте малышу кушать те продукты и блюда, которые входят в меню детского сада. Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: приучайте его самостоятельно есть, пользоваться горшком, мыть руки и вытирать их полотенцем, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду. В первый день поступления ребёнка в детский сад **не нервничайте, не демонстрируйте свою тревогу**, ведите себя как обычно. **Расскажите воспитателю об особенностях ребёнка**, что ему нравится, что он не переносит, что уже умеет и в чем нужна помощь. **Разрешите ребёнку взять с собой в первый день в детский сад любимую игрушку. Не оставляйте малыша в саду сразу на целый день.** Поначалу оставьте на 1-2 часа, постепенно увеличивая количество времени, которое он проводит в детском саду. **Расставьтесь с ребенком легко и быстро.** Разработайте вместе с ребенком несложную **систему прощальных знаков внимания** – и ему будет проще отпустить вас. В случае, если ребенку очень трудно расстаться с мамой, пусть на первых порах его отводят в садик папа, бабушка или дедушка.

Не делайте перерывы в посещении детского сада — неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.

Сохраняйте **спокойный и бесконфликтный климат** для ребенка в семье на период адаптации. Отмените походы в кино, цирк, в гости, сократите время просмотра телевизора. В выходные дни **соблюдайте дома приблизительно такой же режим, как в детском саду.**

Помните о том, что адаптация у детей проходит по-разному, выражается в отличных друг от друга реакциях и занимает разные сроки. **Ваш ребёнок индивидуален в своём поведении, своих переживаниях и чувствах**, не забывайте об этом! Если через месяц ваш ребенок еще не привыкнет к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли.