

Консультация для родителей «Подготовка к адаптации ребенка в детский сад»

Уважаемые родители! Поступление ребенка в детский сад – волнительный и важный этап в жизни не только ребенка, но и родителя. Чтобы помочь адаптироваться, я расскажу небольшие хитрости для того чтобы она прошла легче.

Адаптация – это процесс приспособление организма к меняющимся условиям. При поступлении в дошкольное образовательное учреждение у детей резко меняется их привычный мир. Буквально в миг жизнь меняется коренным образом- приходится расставаться с близкими, нет прежнего внимания от взрослых, новые правила и много шумных детей рядом.

- Начните соблюдать режим дня детского сада хотя бы за пару недель до его посещения. Здесь главное время подъема, завтрак, прогулка, дневной сон (с 12.30-13.00).

- Прием в сад с 7.30-8.30 утра. Накануне перед выходом до 12.00 звоните или пишите (воспитателю или мед.работнику) чтобы встаете на питание

- Научите ребенка есть и пить только за столом.

-Самостоятельность - немаловажный момент в подготовке ребенка к садику. Ведь там ему придется делать многие вещи самому: кушать, одеваться, засыпать и ходить на горшок. Предлагайте ему ложку, пусть пробует справляться с пищей сам. Собираясь на прогулку, позвольте малышу одеться самому, не торопите его и не делайте все за него. Также не забудьте отучить малыша от соски.

-Рекомендуемая схема постепенного вхождения в группу: первые дни водим до 12.30, смотрим на состояние малыша. Увеличиваем время постепенно, ориентируемся индивидуально на каждого ребенка

-Перед выходом в детский сад обязательно нужно познакомить ребенка с местом. Сделать это можно на прогулке. Проходя мимо сада, обращайтесь внимание ребенка на гуляющих детей, на цветы, деревья в саду, на что угодно, за что может зацепиться внимание ребенка.

-Первое время пребывания малыша в детском саду- самое сложное. Новый коллектив, а самое главное- отсутствие мамы. Это сильно сказывается на психологическом состоянии малыша.

Отсюда снижение аппетита или его отсутствие. Заболеваемость ребенка в период адаптации так же возможна.

Можно ПОЧИТАТЬ малышу перед сном детские книжки, в которых главный персонаж идёт в детский сад:

«Зайка идет в садик»

«Тату и Пату в детском саду»

«Я иду в детский сад»

«Маша и Миша идут в детский сад»

«Лама в садике без мамы»

сад»

«Буду директором детского сада»

«Поцелуй в ладошке»

«Настин секрет»

Или ПОКАЗАТЬ, что такое детский сад можно в мультфильмах:

М\ф «Как Петя Печкин слоников считал»

М\ф «Три котенка», серя «Пойдем в детский сад»

М\ф «Свинка Пеппи» детский сад (1 сезон 6 серия)

М\ф «Каприз»

М\ф «Про Веру и Анфису»

Список вещей для шкафчика. Тоже не мало важная часть адаптации. Шкафчик ребенка в детском саду — это его личное пространство, в котором всегда можно найти все самое необходимое! Давайте посмотрим его содержимое:

1. Комплекты сменной одежды

2. Обувь по размеру с твердой «пяточкой», на «липучке», без шнурков

3. Одежда удобная, по размеру, не стесняющая движения! (без пуговиц и молний, брючки на резинке

4. Носовой платок

5. Влажные салфетки

6. Мешки «Чистое» и «Грязное»

7. Обувь для физкультуры- кроссовки, для музыки –чешки

8. Для сна: пеленка, клеенка, пижама

И не мало важный факт все вещи должны быть подписаны!
(дети не узнают свои вещи)

Ошибки в период адаптации

- Долгое прощание с ребенком
- Подглядывание и подслушивания, когда ребенок может это заметить
- Ваши слезы и негативный настрой
- Ускорение адаптации. Не стоит в первый день оставлять ребенка до вечера, ему будет тяжело. Делайте все постепенно
- Нервные сборы. Если вы будите ребенка впритык, когда в сад уже надо бежать, торопите и ругаете за то, что медленно собирается, это скажется на отношении к саду

Ритуалы

Так же с первого же дня можно ввести какой-либо ритуал прощания перед садом. Это может быть, как простой поцелуй, так и придуманный ритуал.

Примеры ритуалов, которые я наблюдала и которые облегчили детям адаптацию:

- Прыгать вместе по дорожке у калитки в саду.
- Дай пять (двумя руками).
- Целуй меня, а я целую тебя трижды.
- Сказать хором – до встречи
- Поцелуй в ладошке

Ритуал соблюдаться всегда!

Воспитатель группы раннего возраста
Воробьева Екатерина Вячеславовна