

СЕКРЕТЫ АДАПТАЦИИ

детей раннего возраста к детскому саду!!!

Адаптация для каждого человека это период привыкания к новым условиям, к новой обстановке.

Согласитесь, привыкнуть к чему- то новому, когда оно кажется немного знакомым и привычным, гораздо легче.

Если сменить работу, но род деятельности оставить, то будет гораздо проще адаптироваться, нежели сменить полностью профессию.

Если НАМ тяжело, так что тогда говорить о детях!

Ребенок родился, познавал себя, свой маленький мир, состоящий из родителей и привычных ему условий жизни. И вдруг, ему пора идти в детский сад! Что это такое и зачем туда идти?

Это абсолютно новая страница в жизни ребенка! Не изведанная, не понятная, чужая! Но в тоже время притягательная, интересная!

Каждый родитель с трепетом ожидает того дня, когда ребенок переступит порог детского сада и начнется новый этап в семье, этап адаптации. И хочется, и страшно, не покидают мысли, а как привыкнет именно мой малыш.

Привыкнет! Дайте ему время! Дайте себе время! Максимально посветите себя данному периоду, чтобы создать атмосферу поддержки и любви! Наберитесь терпения и понимания!

В чем же секреты успешной адаптации?!

Секретов нет и волшебства нет!

Есть вы, ваша любовь, поддержка, терпение, понимание и повседневный образ жизни, режим дня и ночи!

Если режимные моменты соблюдены, то привыкнуть к новой обстановке будет легче:

Дневной сон. Это важный и нужный компонент в жизни вашего ребенка. В раннем детстве ребенок развивается очень быстро, физически, физиологически, интеллектуально. Организм устает и ему нужна перезагрузка, дневной сон как раз служит данной функцией.

Прием пищи. Важно приучать ребенка кушать за столом. Пища должна быть обогащенной, полезной, и приближенной к той, которая есть в меню детского сада.

Уход за телом: мытье рук и лица. Существуют определенные правила. Почему важно познакомить ребенка с ними?, потому что это поможет вашему малышу быть чище и суше после данных процедур.

Одежда и уход за ней. Запас чистого сменного белья обязателен. Сразу приучайте ребенка во время утреннего переодевания, куда необходимо ставить обувь, класть шапку и т.д. Последовательность снятия и надевания одежды. Дома было бы полезным иметь в зоне доступности низенькие полочки для детского белья, вешалки на уровне глаз, маленький стульчик для повседневной одежды.

Горшок. Этап сложный, но необходимый. Важно отучать ребенка от подгузников. Летний период в помощь и вам и воспитателю.

Утренние проводы. Будьте максимально терпимы к капризам, истерикам, слезам. Проявите ласку, приобнимите малыша, но не переусердствуйте. Не надо ждать пока ребенок перестанет плакать и с улыбкой вам помашет и войдет в группу. Передаем ребенка воспитателю и уходим.

Уход ребенка из детского сада. Не удивляйтесь, что он может подбежать к вам и тут же заплакать. Закатить истерику. Ничего в этом удивительного нет. Рядом с вами ребенок максимально расслабляется и происходит выход эмоций. Пусть поплачет. Не переживайте, не стесняйтесь этого. Это нормально.

Игрушки. Учим ребенка убирать игрушки. Взял игрушку, поиграл и сразу положил на место. Разумеется, это тяжело сделать маленькому ребенку,

но методом научения возможно ускорить процесс соблюдения данного правила.

Прислушиваемся к рекомендациям педагогов. Они ваши наставники и друзья.

Знакомим с детским садом ребенка за ранее, можно рассказать о нем, гулять рядом с ним, осматривать его.

Важно дома уделять время своему ребенку, поговорить с ним о детском садике, о событиях, новых впечатлениях, переживаниях. Немного поиграть, 15-20 минут будет достаточно, чтобы помочь ребенку расслабиться и почувствовать себя любимым и в безопасности.

Соблюдение простых правил поможет вашему ребенку пройти путь адаптации легче и быстрее.

Подготовила: педагог психолог Зеленёва Мария Викторовна