

Рекомендации родителям для мягкой адаптации детей к детскому саду



Как подготовить ребенка к посещению детского сада

1) Расскажите ребенку, что такое детский сад и что он там будет делать

Расскажите ему, что детский сад — это такое место для детей, там красиво и уютно, дети вместе играют и учатся, и там будет интересно. Ведь для ребенка это целый новый мир, работающий по своим принципам и правилам, к которому ему предстоит привыкнуть. По возможности покажите малышу здание детского сада, походите по территории, поиграйте на детской площадке. Посмотрите, как детей приводят в сад утром и забирают вечером. Обратите внимание малыша на то, что все родители забирают своих детей вечером и никто не остается на ночь. Если вы заранее познакомите его с воспитателями, ему будет легче остаться с уже знакомым человеком, когда вы уйдете и оставите его в саду.

2) Постепенно меняйте режим дня ребенка, чтобы он был похож на режим в детском саду

Начать стоит с того, чтобы ребенок ложился спать и просыпался в одно и то же время. Если он привык просыпаться в 9 утра, а в сад его нужно приводить к 8:30, будет непросто перестроиться и ему, и Вам. Стоит переучиться заранее, чтобы снизить риск долгих сборов и капризов. Затем установите распорядок для других дел: приемов пищи, чтения, прогулок и так далее. Вы можете делать все это в формате игры: это позволит ребенку с интересом привыкнуть к новым условиям.

3) Помогайте ребенку развивать навыки, которые нужны для адаптации

Если малыш научится сам мыть руки, держать ложку и есть, собирать свои вещи и одеваться, ему будет гораздо проще привыкнуть к детскому саду. Воспитатель не сможет уделять ему столько же времени и внимания, сколько родители, ведь детей в группе много. Чем больше малыш сможет сделать сам для себя, тем спокойнее и увереннее он будет себя чувствовать.



Рекомендации родителям для мягкой адаптации детей к детскому саду

Как родителям вести себя, когда ребенок начал посещать детский сад

4) Поддерживать общение ребенка с другими детьми

Хорошие отношения со сверстниками важны, чтобы ребенок чувствовал себя частью сообщества и учился выстраивать социальные связи. Спросите его, с кем он подружился и с кем ему нравится играть.

5) Прощаться с ребенком, когда уходите

Даже если он отвлекся, обязательно окликните его и сообщите, что уходите. Если ребенок вспомнит о маме, но ее уже не будет рядом, он может испугаться, что его бросили. Это усилит стресс и страх по отношению к детскому саду. Поэтому нужен ритуал, чтобы ребенок переключался и понимал: он сейчас в садике, не дома, и мама придет за ним вечером. Например, можно коротко попрощаться, пожелать ребенку хорошо провести время и напомнить, кто и когда именно за ним вернется.

6) Приходить за ребенком вовремя

Обязательно сообщите ребенку, когда вернетесь. Чтобы он запомнил это и легче ориентировался во времени, говорите не в часах («Я приду за тобой в 16:00»), а в занятиях («Я приду, когда ты съешь булочку с чаем»). И приходите вовремя. Даже если ребенок играет в этот момент с детьми и не хочется его отвлекать, важно привлечь его внимание. Это поможет ему запомнить, что мама приходит за ним.



Успешной адаптации!

