

Шаг 4. Развиваем полезные навыки. Ребенку будет гораздо легче, если он умеет:

- самостоятельно есть ложкой различную еду;
- пить из кружки;
- пользоваться горшком;
- обозначать свои потребности взрослому речью или жестами;
- пользоваться умывальником, полотенцем;
- он может сам засыпать в тихий час.

Ребенка можно считать **адаптированным к детскому саду** при двух условиях:

1. Ребенок усвоил правила поведения в ДООУ, владеет необходимыми навыками самообслуживания и коммуникационными навыками.
2. Ребенку психологически комфортно пребывание в детском саду

Ошибки адаптации

1. Недооценивание важности периода адаптации, резкое погружение ребенка в среду ДООУ. Это когда родители стремятся оставить ребенка сразу на целый день.
2. Нарушение принципа систематичности, последовательности (сегодня пойдем в садик, завтра не пойдем) Ребенок сложнее привыкает при таком непостоянстве.
3. Стремление развлечь ребенка в этот трудный для него период походами в цирк, зоопарк, кафе. Этим еще сильнее нагружается нервная система ребенка.
4. Чрезмерная тревожность, озабоченность. Если мать с опаской ждет, что ребенок заплачет, заболеет, это непременно наступит.
5. Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Ребенок плачет, а родители переживают тревогу и чувство вины, только усугубляя ситуацию. Как бы это странно не звучало, но плач при адаптации – это норма.

Муниципальное автономное
дошкольное
образовательное учреждение
города Когалыма
«Цветик-семицветик»

Буклет для родителей

Готовим
ребенка
к посещению
детского сада

г. Когалым, 2021 г.

Шаг 1. Пересматриваем режим дня.

Узнайте заранее какой режим дня соблюдается в группе, чтобы дома постепенно перестроиться. На смену физиологических привычек нужно время, при резком переходе ребенок может быть плаксивым, капризным, вялым, устраивать истерики.

Шаг 2. Формируем полезные ритуалы.

Вам предстоит раслучаться с ребенком на какое-то время. Чтобы такое расставание было более легким для ребенка, придумайте один и тот же ритуал при расставании и встрече. Введите его в жизнь ребенка заранее до поступления в детский сад, чтобы он стал привычным. Ваши действия будут как сигнал ребенку, что родитель уходит и обязательно вернется.

Уважаемые родители!

В сентябре Ваш ребенок идет в детский сад. Ему предстоит первый шаг к самостоятельности – поступление в дошкольное образовательное учреждение

Любое новое дело требует основательной подготовки. Чем лучше готов ребенок к детскому саду, тем более гладко пройдет этап привыкания к новому. Как это сделать?

Шаг 3. Делаем незнакомое знакомым.

Дети в этом возрасте остро нуждаются в стабильности и надежности, как окружающего пространства, так и взрослых, которые с ними рядом. Поэтому, необходимо заранее рассказать ребенку о том, что ждет его в детском саду. Делать это лучше при помощи сказок.

Сборник сказок для адаптации Вы найдете на нашем сайте: <http://flower.detkin-club.ru/questionscat/index/cat/32633>

Шаг 4. Самоподготовка родителей

Важно, чтобы в период адаптации рядом с ребенком был взрослый, который будет уверенно и спокойно реагировать на эмоциональные всплески ребенка. Это может быть папа или мама. Такой взрослый должен уметь справляться с собственными чувствами по поводу плача ребенка, сам не впадать в уныние и истерику. Важно понимать, что в период адаптации ребенок попадает в непонятную для себя и тревожную ситуацию. Он может испытывать массу негативных чувств по этому поводу – бояться, злиться, обижаться, тревожиться, плакать, чувствовать себя одиноким, все эти чувства – нормальны. Мы, взрослые можем помочь малышу справиться с этими эмоциями, пережить их. А для этого Вы сами должны обладать большим внутренним ресурсом (спокойствием), чтобы поддерживать ребенка.