



Зачем идти ребенку в детский сад?

- В детском саду ребенок имеет возможность общаться со сверстниками.
- Ребенок приобретает навыки общения с взрослыми..
- В детском саду ребенок знакомится с определенными правилами и учится соблюдать их.
- Ребенок получает возможность интеллектуального и физического развития

Чтобы детский сад действительно оказался приятным и полезным местом для Вашего ребенка, нужно хорошо подумать и понять, для чего именно он нужен Вам и вашему ребенку.

АДАПТАЦИЯ – что это?

от лат. «приспособляю» — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

В силах родителей и педагогов сделать жизнь ребенка счастливой, интересной и насыщенной!

Мифы об адаптации

- **Миф 1.** Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно. Я боюсь, что у нас будет то же самое.
- **Миф 2.** Дети в детском саду все время болеют, потому что за ними плохо следят?
- **Миф 3.** У ребенка, который начинает ходить в детский сад, портится характер, он становится просто невыносимым.

Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:

- особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- возраста ребенка;
- состояния здоровья;
- разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду;
- условий в дошкольном учреждении;
- поведения и эмоционального состояния взрослых (тревожность, негативизм к детскому саду...).

Различают степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

- 1. Легкая адаптация: за 20-30 дней;
- 2. Средняя адаптация: за 30-40 дней
- 3. Тяжелая адаптация: от 2 до 6 месяцев
- 4. Очень тяжелая адаптация: около полугода и более. Встает вопрос, – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовый» ребенок.

Однако как бы ни готовили ребенка к ДООУ, все равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса.

Как подготовить ребенка к посещению детского сада

- Увеличьте круг общения вашего малыша с взрослыми и детьми.
- Ребенок, который отправился в детский сад, должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания.
- Позаботьтесь об укреплении здоровья малыша
- Заранее знакомьте ребенка с детским садом.
- Начиная подготовку малыша к походу в детский сад, придерживайтесь режима близкого к режиму в детском саду.

Примерный режим дня

- Приблизьте домашний режим питания к детсадовскому. Переходите на новый режим питания постепенно, чтобы перемены были не слишком ощутимы.
- Помните, что в первый месяц посещения детского сада пребывание в группе будет увеличиваться постепенно, на 2–3 часа.

Подготовка родителей.

Поведение родителей в период адаптации детей к саду

- Заранее подготовьте детский гардероб.

- Старайтесь общаться с воспитателями доброжелательно, избегайте конфликтов по пустякам.
- Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка.
- Уходя – уходите!
- Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении.

Помните!!!

- Что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода.
- Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.
- Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.
- **А может ли малыш улыбаться в период адаптации?**
- **Оказывается, может.**

Для этого нужны лишь слаженные действия заинтересованных в этом процессе взрослых – родителей и всех сотрудников образовательного учреждения.

ТЕХНИКА ПОЗИТИВНОГО РАССТАВАНИЯ

- Обеспечьте малышу *эмоциональную стабильность* утром
- Выберите в семье *гаранта* позитивного расставания
- Позвольте малышу взять в детский сад эмоциональный *якорь*
- С ребенком обязательно надо попрощаться, но помните о *золотой середине*
- Разработайте *ритуал* прощания
- Выберите удобные *точки отсчета*

И улыбнитесь друг другу!

Запаситесь терпением, и детский сад будет привычным и уютным миром для вашего малыша!

Составлено: педагогом-психологом МБДОУ «ЦРР – д/с № 1 «Аист»

Прус Н.А.