



БЮЛЛЕТЕНЬ ПСИХОЛОГА



МАДОУ «Детский сад
«Непоседы»

Дата выхода бюллетеня
Август 2023г.

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОО



Период адаптации в среднем занимает полгода, именно поэтому родителям следует запастись терпением и с пониманием относиться к капризам ребенка, в первые, месяцы посещения детского сада.

Для того чтобы процесс адаптации к условиям детского сада был наиболее успешным, необходимо заранее приучать и говорить с ребенком о детском саде.

Нужно, говорить о предстоящем посещении детского сада, как о радостном событии, ни в коем случае не как о наказании ("вот пойдешь в сад, там не будут смотреть, что ты кашу не ешь - заставят. "). Описывайте, как красочно будет на утренниках, какие интересные занятия: рисование красками, лепка, физкультура и т. д.), что в группе у каждого ребенка есть своя кровать, стульчик, что дети вместе кушают, спят, играют, гуляют на улице. Если у Вас есть

теплые воспоминания о своем детсадовском детстве, поделитесь ими с ребенком.

Не пугайте малыша воспитателем - настраивайте ребенка (и себя) на добро, внимание, понимание.

Чтобы ребенок безболезненно переносил разлуку с родителями, он должен расти в дружеской, гостеприимной семье, в доме - гости, родственники, малыш "выходит в свет" - общается с другими детьми в присутствии мамы. Семья, ведущая замкнутый образ жизни, не учит ребенка контактировать с незнакомыми людьми - малыш будет сильно переживать из-за разлуки с родителями. Хорошо, когда у мамы есть возможность ненадолго оставлять малыша на кого-то из семьи (папа, бабушка). Если малыш остро реагирует на расставание с родителями, до садика он не дорос

Признаки готовности к недолговременной разлуке: малыш может оставаться без родителей со знакомыми взрослыми, легко завязывает знакомства, проявляет интерес к детям, которых видит впервые.

Каждый ребенок развивается индивидуально. При правильной организации дня, соблюдении режима, хорошем здоровье в 3 года малыша можно отдать в детский сад. Но взрослым часто не хватает педагогической культуры, психологических, этических, практических знаний. И ребенок приходит в сад не готовым психологически, физически, эмоционально.

Малыш должен знать значение слов "можно", "нужно", "нельзя", "опасно". При воспитании в семье необходимо соблюдать последовательность, единые требования и правила.

Самостоятельность малыша - один из залогов успешной адаптации! При развитии самостоятельности следует помнить, что именно Вы, родители являетесь примером для подражания - если взрослые не кладут свои вещи на место, не убирают за собой со стола посуду, бессмысленно требуют этого от ребенка. Когда ребенок говорит "я сам", дайте ему возможность действовать самостоятельно, не критикуя и не предрекая заранее неудачу.

ЭТО ВАЖНО!

Постепенно приводите домашний режим в соответствии с режимом группы. Необходимо познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион растущего малыша новые для него блюда.

За несколько дней до садика можно поиграть со своим ребенком и имеющимися игрушками в детский сад. Будьте воспитателем, а ребенок "детками". Покажите ребенку режимные моменты. Усаживайте, всех "деток" за столы — кушать, а потом на горшочек, затем собирайте игрушки на улицу, а потом обыграйте приход мамы! Ребенок в игре поймет, что это такое детский сад.

Можно меняться ролями, пусть Ваш ребенок будет воспитателем, а вы "детками". Обычно первые 3-10 дней дети с радостью заходят в группу и почти не плачут без мамы. Где то в этот же период (3-4 дня) ребенок начинает заболеть. Становится плаксивым, не отпускает маму от себя ни днем, ни ночью. Не забывайте давать ребенку игрушку с собой — она будет, как связь с Вами и домом на расстоянии.

Когда трудно расставаться с родителем. Через некоторое время наступает момент, когда ребенок начинает понимать, что мама уходит, и он будет скучать без нее. Начинается трудное расставание. Важно не командовать ребенком "мне же на работу надо" (а у ребенка мысль, что мама его променяла на какую-то работу), "перестань плакать, вон, детки другие не плачут".

Здесь важно поддержать ребенка, озвучить его эмоцию, желание " *Я скоро приду за тобой. Давай, поцелую*". Прощание не должно быть долгим, но как ритуал, например, поцелуй в щеку и игрушка, взятая из дома, должны присутствовать. Часто после ухода родителя, дети сразу успокаиваются и играют в игры или общаются с другими. Если расставание с мамой очень трудно, то пусть ребенка отводит в сад менее значимый для него человек из семьи, например, бабушка или тетя, с ними ребенку легче будет расстаться. Если у родителя есть тревога за оставленного малыша в детском саду, то она передается и ребенку. Как же снять ее? Попробуйте, опять же, поиграть с малышом в детский сад, в игре можно увидеть поведение воспитателя, если ребенку дать эту роль. Так же, в игре можете увидеть причины нежелания идти в детский сад. Обыграть их в положительном ключе. С ребенком постарше можно нарисовать детский сад.

И помните:

Радостное настроение малыша в наших руках!

педагог-психолог Зоткина Н.Н.