АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ

Памятка родителям

«Подготовка ребёнка к посещению детского сада»

Уважаемые родители! Скоро вам и ваше­му ребёнку предстоит начать новую жизнь. Чтобы малыш вступил в неё увереннее, был радостным и общительным, мы хотим пред­ложить несколько рекомендаций.

1. Убедитесь в том, что детский сад необ­ходим для вашей семьи именно сейчас. Ребёнок чувствует, если родители сомневают­ся в целесообразности общественного вос­питания, и любые их колебания использует для того, чтобы воспротивиться расстава­нию с ними.

Легче и быстрее привыкают к новым ус­ловиям дети, у родителей которых нет аль­тернативы детскому саду.

2. Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он, как и другие дети, тоже его посещал. Содержание беседы зависит от возраста ребёнка. Например, беседа может быть такой: «Детский сад- это красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду маленькие столы и стулья, маленькие кровати, маленькие раковины для умывания, маленькие шкафчики, много интересных игрушек. Дети здесь едят, гуляют, играют.Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты по­шёл в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя туда, а вечером заберу домой. Ты мне расскажешь, как у тебя прошёл день, а я расскажу тебе, что у меня было интересного на работе. Многие мамы и папы хотели бы отправить в детский сад своего ребёнка. Тебе повезло, что ты будешь туда ходить. Но сначала нам надо подготовиться».

1. Проходя мимо детского сада, с радост­ной интонацией напоминайте ребёнку, как ему повезло: осенью он сможет сюда хо­дить. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, о том, что гордитесь своим сыном (дочерью), -ведь его (её) приняли в детский сад.
2. Познакомьте ребёнка с режимом в дет­ском саду. Чем подробнее будет ваш рас­сказ и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее ребёнок воспримет новые правила.

Спрашивайте, куда он будет складывать свои вещи после прогулки, кто ему будет помогать раздеваться, что он будет делать после обеда. Такими вопросами вы сможе­те проконтролировать, как ребёнок усвоил

- последовательность режимных моментов в дошкольном учреждении. Детей пугает неизвестность, но когда они видят, что ожидаемое событие происходит так, как было обещано, то чувствуют себя уверен­нее.

Максимально приблизьте домашний ре­жим к распорядку жизни в детском саду.

5. Формируйте у ребёнка навыки самообслуживания и личной гигиены. Поговорите с ним о возможных трудностях, объясните, к кому он может обратиться за помощью и как он это должен сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить». И Виктория Николаевна нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом». Попробуйте проиграть все эти ситуации дома, например вы воспитатель, а медвежонок, за которого вам тожепридётся говорить, просит пить.

Не создавайте у ребёнка иллюзий, что всё будет так, как он захочет. Объясните, что в группе много детей, поэтому воспитатель, например, не сможет одеть сразу всех, при­дётся немного подождать.

6. Приготовьте вместе с ребёнком «радостную коробку». В течение лета складывайте в неё небольшие игрушки, лоскутки ткани, маленькие книжки с картинками, которые привлекательны для вашего малыша и обрадуют других детей. Возможно, вы владеете техникой оригами - тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или собачку.

С игрушками в детский сад и веселее ид­ти, и проще завязывать отношения со свер­стниками.

7. Научите малыша знакомиться с другими детьми , обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои.

8. Познакомтесь с другими родителями и их детьми. В присутствии своего ребёнка называйте этих детей по имени. Говорите дома о новых знакомых - Лене, Саше, Серёже. Поощряйте обращение ребёнка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

9.Чем лучше ваши отношения с воспитателями, другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребён­ку к новым условиям.

10.В присутствии ребёнка избегайте кри­тических замечаний в адрес сотрудников детского сада.

11.Разработайте вместе с малышом не­сложную систему знаков прощания, и он бу­дет легче отпускать вас

12.Помните, что на привыкание ребёнка к детскому саду может потребоваться не один месяц. Рассчитывайте свои силы, воз­можности и планы.

13.Если через месяц ваш ребёнок ещё не привык к детскому саду и вы продолжаете испытывать потребность в контакте со спе­циалистами - педагоги и психолог ждут вас!

14.Будьте терпеливы.

Прогноз возможной адаптации ребёнка

1. **Лёгкая адаптация**.

Ребёнок спокойно входит в кабинет психолога, внимательно осматривается. Смотрит в глаза незнакомо­му взрослому, когда тот к нему обращается. Вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Использует в игре предметы-заместители, способен длитель­ное время удерживать внимание на одной игрушке. Речь хорошо развита, настроение спокойное, пантомимика выразительна. Ре­бёнок адекватно реагирует на замечания, корректируя после них своё поведение. Умеет играть рядом с другими детьми, доб­рожелателен к ним.

 Родители доверяют своему ребёнку, не контролируют его поминутно, не опекают, не указывают, что нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают в случае необходимости. С доверием относят­ся к специалисту, проявляют в общении инициативу.

1. **Средняя адаптация.**

Ребёнок вступает в контакт только после привлекательных для него действий психолога. Когда напряжённость первых минут спадает, он может вступать в контакт по своей инициативе и даже разворачивать игровые действия. Речь развита в пределах возрастной нормы. На замечания и поощрения реагирует адекватно, но может нарушать правила поведения.

Родители не доверяют ребёнку, часто де­лают ему замечания: «Не бери без спроса. Не разбрасывай игрушки. Веди себя хоро­шо». Со специалистом они бывают либо от­кровенны, либо сохраняют дистанцию. Как правило, рекомендации психолога принима­ют, задают много вопросов, избегая выска­зывать свою точку зрения.

1. **Тяжёлая адаптация.**

 Контакт с ребёнком можно установить только через родителей или вообще не удаётся установить. Малыш выглядит тревожным, замкнутым, переходит от одной игрушки к другой, ни на чём не задерживаясь, старается не отходить от мамы (папы).

Речь развита плохо. Замечание или по­хвала психолога оставляют ребёнка безуча­стным или пугают - он обращается за под­держкой к родителям, но не всегда её полу­чает.

Родители сомневаются в том, что их ребё­нок сможет освоиться в детском саду, а встречу со специалистом воспринимают как экзамен или, наоборот, вступают в дискуссию, демонстрируя свою компетентность по всем вопросам.

Такие родители нуждаются в дополнительных консультациях.