

Адаптация мамы к детскому саду.

Привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Советы маме.

Не показывайте ребенку свое волнение относительно поступления в детский сад. Ребенок должен понять, что выбора у него нет – детский сад это необходимость. Ваша уверенность, оптимизм передастся ребенку. Первое время водить ребенка в детский сад может папа.

В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо "выпускать" эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает – это ему необходимо.

Заручайтесь поддержкой! Вокруг Вас есть другие мамы, переживающие те же чувства в этот период, что и Вы. Поддерживайте друг друга, узнавайте какие «нюансы» есть у каждой из Вас! Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя!



«Не хочу в детский сад!»
Плечет громко Вова.
«Не хочу в детский сад!»
Плечет громко снова.

«Не хочу в детский сад!» –
Громко он рыдает.
Вся разено его тут мама оставляет.

Вот неделя прошла,
А потом другая.
И опять, и опять
Мальчик тот рыдает.

«Не хочу я домой!» –
Как понять такого?
Полюбил детский сад
Очень мальчик Вова!

Детский сад!
Детский сад!
Ох, привьж он к драмам.
– Ничего всё пройдет! –
Говорит он мамам!



воспитатели ДОУ № 30 г. Дубны
Богданова Лариса Васильевна
Федорова Светлана Владимировна



Памятка для родителей

«Адаптация ребёнка в
дошкольном
образовательном
учреждении».

После долгих раздумий вы все-таки решили отдавать ребенка в детский сад. Теперь перед Вами стоит вопрос: как подготовить ребенка к посещению детского сада? Как помочь ему легче.

ЧТО ТАКОЕ АДАПТАЦИЯ?

Термин "АДАПТАЦИЯ" означает приспособление, т.е. способность человека менять свое поведение в зависимости от условий. Пример поведения ребенка в детском учреждении: начало адаптации - это мобилизация энергетических сил организма. Время адаптации для каждого ребенка может быть разным - от 20-30 дней до 2-6 месяцев, сопровождается привыканием психологическими трудностями, которые возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой, обычной (семейной) среды в среду детского учреждения. В этот привычный понятный мир вторгаются чужие люди, новые предметы, все меняется и ребенку нужно время, чтобы приспособиться к этому новому миру. Это сродни шоку, стрессу и это все накладывает на ребенка определенный отпечаток. Малыш становится другим, он становится лучше, общительнее; умнее. Определенно, если нужны как способ социализации, чтобы потом в детском саду, школе ребенку легче было ориентироваться в окружающем мире, лучше понимать его, доверять ему.



Начните готовить малыша к садику заранее.

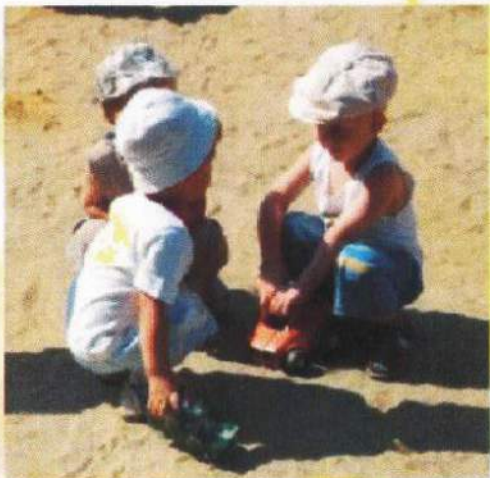
Важно учить ребенка общаться. Водите его гулять на детские площадки, посещайте детские праздники, берите его с собой в гости и приглашайте друзей к себе в гости. Расширяйте круг общения ребенка. Поощряйте его за контакты со сверстниками.

Оставляйте ребенка с другими близкими и знакомыми, сначала не надолго, а затем увеличивайте время. Объясняйте, что у вас есть дела, работа, вы помогаете папе зарабатывать денежки, чтобы покупать продукты, игрушки и др.

В ходе подготовки к садику привезите малыша гулять на участок, познакомьте с детьми и воспитателями, покажите группу, кроватку, расскажите ему как весело и интересно будет ему с другими детьми.

В период подготовки к детскому садику рассказывайте малышу больше о детском саде, придумывайте истории, сказки в которых любимый персонаж малыша пошел в садик и что он там делал.

Дома поиграйте в детский сад, роль ребенка можете выполнять вы или любимая игрушка малыша. Покажите ребенку в игре, как он может познакомиться, вступить в игру. Соблюдайте в ходе игры режимные моменты.



Адаптация к детскому саду ребенка во многом зависит от Вас и в Ваших силах сделать этот процесс менее болезненным. Желательно чтобы:

1. Режим дня дома был похож на режим дня детского сада.
2. Ребенок был приучен к горшку (как минимум, чтобы малыш спокойно на него садился).
3. Умел самостоятельно одеться, раздеться, попросить о помощи взрослого.
3. Умел самостоятельно мыть руки с мылом и сморкаться в носовой платок.
3. Научился есть ложкой.
4. Был отучен от груди. Кормление грудью сильно привязывает малыша к маме, усложняет адаптацию.
5. Ваш отпуск был спланирован так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
6. В семье царил спокойный, безконфликтный климат для ребенка.

