

Памятка для родителей

«Адаптация детей младшего дошкольного возраста к условиям ДОУ»

Составил: педагог-психолог Ширман Е.В.

Поступление ребенка в детский сад затрагивает все сферы его жизни. Это, прежде всего разлука с близкими людьми, изменение привычного образа жизни, новый статус. Ситуация усугубляется незрелостью нервной системы малыша или отсутствием опыта. Ребенок вынужден не только адаптироваться к новым условиям жизни, но и учиться взаимодействовать с незнакомыми взрослыми и сверстниками. Задача взрослых помочь ребенку разобраться в этом сложном мире взаимоотношений.

Успешная адаптация зависит от многих факторов – состояния здоровья малыша, особенностей его нервной системы, развития навыков общения. А также от грамотных действий родителей и сотрудников детского сада. Для того чтобы ребенок смог наиболее безболезненно привыкнуть к новым условиям ему нужно время.

Чтобы ребенок успешно адаптировался в детском саду, попытайтесь дома создать такие же условия, как и в группе.

- Соблюдайте режимные моменты (тихий час, прием пищи, прогулка в то же время, что и в детском саду). Сопровождайте умывание, кормление, одевание стихами и потешками, играми используйте «Живую игрушку».

- Учите ребенка пользоваться предметами обихода, постепенно приучайте его к самообслуживанию. Пассивность, постоянное ожидание, что взрослые их накормят и оденут, приласкают, поиграют с ними, препятствует адаптации детей в детском учреждении.

- Чтобы ребенку было легче войти в новую социальную среду, полезно поощрять его общение с посторонними. Если к вам в гости пришли друзья пусть ребенок пообщается и поиграет с ними. Расширение круга общения будет воспитывать в ребенке доверчивость, умение ладить с людьми. Избавление от чрезмерной привязанности к родным поможет малышу быстрее привыкнуть к новому окружению.

- Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем нужен и почему мама хочет его туда повести (там интересно, там другие дети гуляют и играют, маме надо заняться делами семьи).

- Заранее спланируйте прогулки на территории выбранного учреждения. Обращайте внимания малыша на красоту территории детского

сада. Акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.

- С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подросток и готовится ходить в детский сад.

- Еще до первого посещения расскажите малышу о режиме дня детского сада, что там делают дети и кто такие воспитатели. Это поможет малышу легче принять новизну в свою жизнь.

- Расскажите ребенку о том, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Научите его примерным фразам, словам, какими он сможет обращаться к новым своим друзьям. Почитайте стихи или детские истории о детском саду, покажите картинки.

- Обязательно поговорите с малышом о роли воспитателя. Многие дети ошибочно считают, что мама их бросила и отдала чужой тете. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.

- Разработайте с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, так ему будет легче отпустить вас.

- Убедитесь в собственной уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим прямо сейчас. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы дошкольному учреждению.

- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес дошкольного учреждения и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

- Не отучайте ребенка от вредных привычек (от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему.

- Будьте терпимее к капризам. Обнимите ребенка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

- Дайте в детский сад небольшую игрушку. Прижимая к себе «частичку дома», ребенок гораздо быстрее успокоится.

- Пусть ребенка в детский сад отводит тот родитель (родственник), с которым ребенок легче расстается.