

Адаптация ребенка к детскому саду

(рекомендации психолога родителям)

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях, на праздниках, ходите на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует или нелегко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

2. Познакомьтесь с воспитателем группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается.

3. Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь «уговорить ее» переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете много о том, как вашему малышу удастся привыкать к детскому саду.

4. Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенным: вначале нужно привести его в группу, познакомить с воспитателем, со сверстниками, посмотреть вместе с ним игрушки, вызвать интерес к новому окружению и вернуться домой.

Затем несколько дней пребывания в детском саду должны ограничиваться временем до дневного сна, в дальнейшем, в зависимости от состояния ребенка, это время постепенно увеличивается.

5. В период привыкания детей к детскому саду важно учитывать, что, находясь в группе, они чувствуют себя скованно и вынуждены сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению, которое, если не разрядить, может стать причиной невроза. Поэтому дома, в привычной обстановке, следует как можно больше играть с ним в веселые подвижные игры и в полной мере выражать эмоции, как детям, так и взрослым.

