

Правила адаптации детей к детскому саду

Адаптация вашего ребенка к детскому саду должна происходить плавно, чтобы в дальнейшем у вашего малыша в дальнейшем не возникло проблем в общении с другими детьми. Существуют правила, облегчающие адаптационный период в детском саду.

1. В первые дни посещения нужно ограничить пребывание ребенка в детском саду до 2-ух часов. В этом возрасте дети быстро наполняются впечатлениями, поэтому достаточно двух часов. В течении недели нужно плавно увеличивать время нахождения в детском саду.
2. Первые две-три недели не желательно оставлять ребенка на тихий час, даже если вам кажется, что адаптация протекает успешно. Не забывайте, что чем более плавно произойдут перемены в жизни малыша, тем проще ему их принять.
3. Чтобы облегчить адаптацию вашего ребенка нужно первое время давать ему вещи, к которым он привязан: любимая игрушка, сумочка и т.д.
4. Если ваш ребенок болезненно переживает разлуку с вами, то можно дать ему небольшой альбом, в котором будут фотографии самых близких ему людей.
5. Когда ребенок станет хорошо спать в тихий час, тогда вы сможете с уверенностью оставлять его на весь день в группе. В том случае, если у него отсутствует полноценный отдых, то лучше забирать вашего малыша пораньше, иначе он не выдержит нагрузку целого дня.
6. В случае, когда ребенок просит остаться с вами дома, то иногда стоит согласиться с ним, если есть возможность. В первое время ребенку сложно выдержать пятидневную неделю, поэтому выходной облегчит ему привыкание.
7. Нельзя забывать о том, что адаптация у каждого ребенка протекает индивидуально. А главное помните, что не стоит насильно вести малыша в детский сад, ведь намного лучше, если ваш малыш посещает группу с удовольствием.

Первая неделя в детском саду.

Первая неделя проходит очень эмоционально для ребенка, поэтому взрослым нужно запастись терпением.

Возможно вам покажется, что поведение ребенка становится более капризным, по вечерам вас могут ждать неожиданные истерики, скандалы с криком и плачем. **Причин такого поведения ребёнка может быть несколько:**

Во-первых, действительно, адаптация к садику - большой стресс для ребенка, его нервы напряжены и им требуется разрядка.

Во-вторых, в окружении посторонних ребенок часто старается сдерживать негативные эмоции, поэтому выплескиваются они только вечером дома...

В первую неделю следуйте таким рекомендациям:

1. создайте спокойный, бесконфликтный климат в семье. Щадите нервную систему ребенка: на время прекратить походы в цирк, театр, в гости.

Максимально сократите просмотр телевизионных передач!!!

2. Не реагируйте на выходки ребёнка и не наказывайте за капризы. Когда ребёнок «остынет», скажите ему, что расстроены его поведением. Когда ребёнок попросит прощения, крепко обнимите его и поцелуйте. Скажите ему «Я люблю тебя всегда, а когда ты себя хорошо ведёшь – ещё больше!»

3. Когда вы оставляете ребёнка в детском саду, то расставайтесь с ним легко и быстро. Долгие прощания с обеспокоенным выражением лица вызовут у малыша ненужную тревогу: «Раз мама так волнуется, значит здесь со мной может что-то случиться, здесь небезопасно!», и поэтому ребёнок долго не будет отпускать вас...

4. Если ребенок с трудом расстается с матерью, то желательно, чтобы первые несколько недель в садик ребёнка водил **ОТЕЦ**.

5. Если у ребёнка нет сильных проявлений стресса (кошмары каждую ночь, повышение температуры, понос на нервной почве и т.д.), то старайтесь не делать перерывов в посещении садика. Вариант «сегодня мы в садик не пойдём – что-то дочка капризничает» только замедлит процесс адаптации вашего ребёнка к садику и подскажет ему способ симулирования («если капризничать и «болеть», то мама в садик не поведёт...»).

Признак успешной адаптации к садику.

Когда малыш весело начинает говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день, - это верный признак того, что он освоился и адаптация к детсаду завершена.