

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 песочнице, 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.** *О предстоящем поступлении в детский сад беседуйте с ним, как о радостном событии. Воздержитесь говорить о собственных опасениях в присутствии ребенка.*
- 3.** *Придите заранее в детский сад и познакомьтесь с обстановкой, с детьми, с воспитателями... Лучше это сделать, когда дети гуляют на улице или играют в групповой комнате.*
- 4.** *Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.*
- 5.** *Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении (упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т. д.), при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.*
- 6.** *Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенным: вначале нужно привести его в группу, посмотреть вместе и 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.*
- 7.** *В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время, но при этом не заниматься ребенком, а делать какую-нибудь работу, то есть быть рядом, а не вместе. Постепенно малыш начнет отходить от матери все дальше, а подружившись со сверстниками и воспитателем, «забывает» о ней.*
- 8.** *Дайте ребенку в детский сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а наутро снова с ней встретится. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно. Таким образом вы узнаете, как ребенку удастся привыкнуть к детскому саду.*
- 9.** *В период привыкания детей к детскому саду важно учитывать, что, находясь в группе, он чувствует 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.*
- 10.** *Поиграйте с ребенком с домашними игрушками в детский сад, распределите роли детей, воспитателей. Помогите игрушке найти ее друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя на игру и положительные результаты.*

Эти советы помогут заботливым родителям грамотно и безболезненно помочь своему ребенку пережить процесс перехода из дома в детский сад!