

В ДЕТСКИЙ САД КАК НА ПРАЗДНИК!

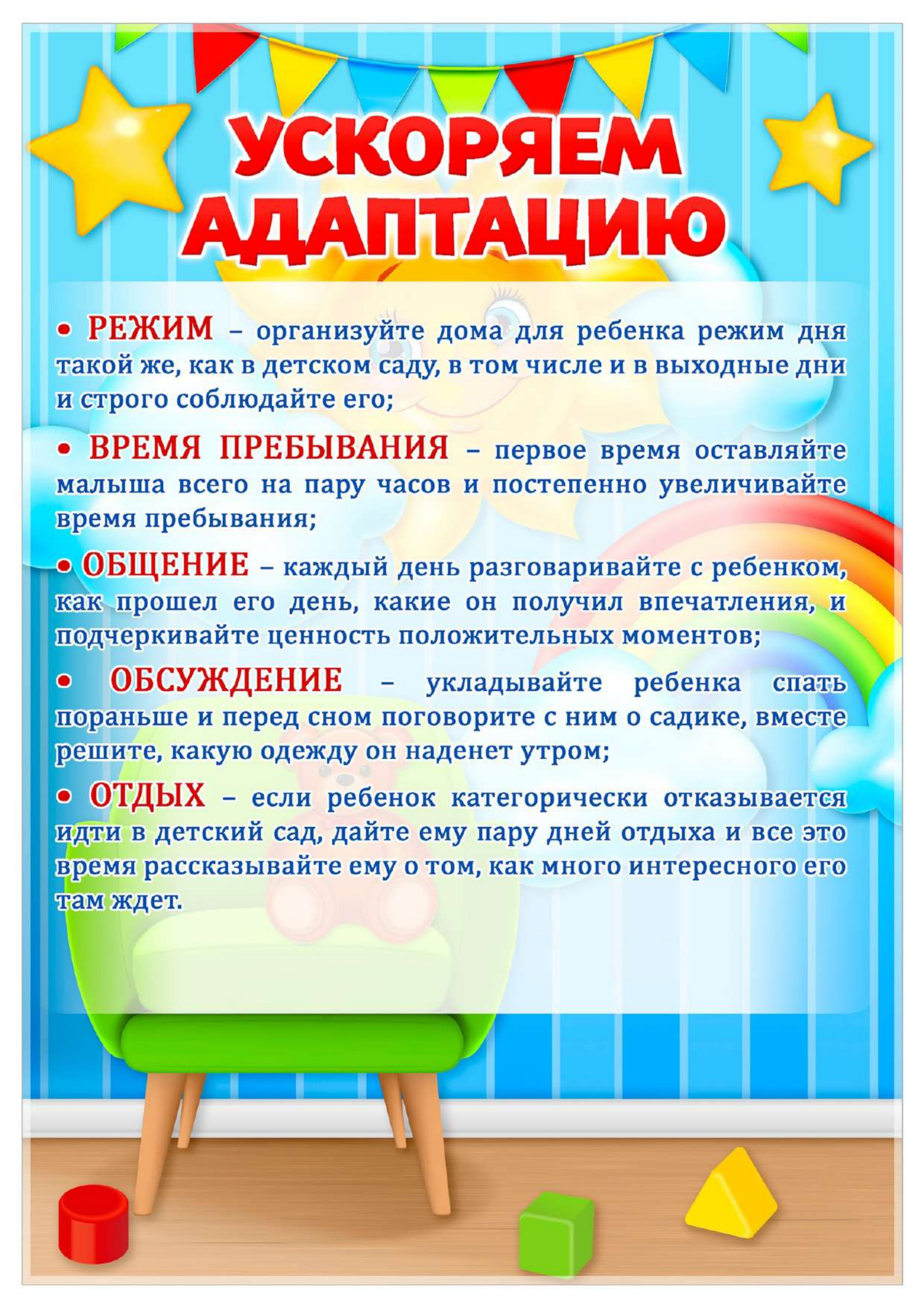
Поступление в детский сад - это стресс для ребенка из-за смены режима, правил поведения и другого стиля общения. Из тесного семейного круга и домашней обстановки ребенок попадает в другой мир, полный незнакомых людей и предметов. А главное - рядом нет ни мамы, ни папы.

Кто-то из малышей легко проходит адаптацию к детскому саду, но у многих этот переходный период сопровождается слезами и переживаниями. Как пройдет адаптация зависит от возраста, здоровья, уровня развития навыков и коммуникабельности ребенка.

Виды привыкания:

- **Физиологическая адаптация** – организм ребенка приспосабливается к другому режиму дня, другой еде и постоянным атакам на иммунитет;
- **Психологическая адаптация** – некоторым малышам кажется, что родители перестали их любить, поэтому отдают на воспитание другим людям.
- **Социальная адаптация** – большинство детей первое время теряются, когда видят одновременно такое количество сверстников.





УСКОРЯЕМ АДАПТАЦИЮ

- **РЕЖИМ** – организуйте дома для ребенка режим дня такой же, как в детском саду, в том числе и в выходные дни и строго соблюдайте его;
- **ВРЕМЯ ПРЕБЫВАНИЯ** – первое время оставляйте малыша всего на пару часов и постепенно увеличивайте время пребывания;
- **ОБЩЕНИЕ** – каждый день разговаривайте с ребенком, как прошел его день, какие он получил впечатления, и подчеркивайте ценность положительных моментов;
- **ОБСУЖДЕНИЕ** – укладывайте ребенка спать пораньше и перед сном поговорите с ним о садике, вместе решите, какую одежду он наденет утром;
- **ОТДЫХ** – если ребенок категорически отказывается идти в детский сад, дайте ему пару дней отдыха и все это время рассказывайте ему о том, как много интересного его там ждет.

ОБЛЕГЧАЕМ АДАПТАЦИЮ

Несколько советов для облегчения адаптации:

- Не оттягивайте время расставания;
- Придумайте мотивацию для быстрого прощания (например, «помоги накрыть на стол»);
- Используйте свой ритуал прощания, придумайте действия, которые предшествуют расставанию (поцелуй, махание рукой и т.п.), и повторяйте каждый раз;
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или мамину фотографию;
- Всегда выполняйте обещания (забирайте ребенка тогда, когда сказали).

Обычный срок адаптации детей к новой среде — это месяц. Возможно, первое время ребенок будет капризничать, плохо кушать и засыпать, но постепенно все наладится.

Малыши быстро знакомятся с другими детьми, привыкают к режиму детского сада и педагогам. Ребенок адаптируется за счет природной способности человека запоминать детали новой среды, когда эта информация повторяется ежедневно.



АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ





**Будьте терпеливы, проявите
понимание и проницательность.**

**И очень скоро детский сад
превратится для малыша в уютный,
хорошо знакомый и привычный мир!**