АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД "*Скоро, скоро в детский сад!*"

Родители, отдавая ребенка в дошкольное учреждение, беспокоятся за его судьбу, и это правильно. Многие дети в период адаптации становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. Это связано с тем, что не удовлетворяется одна из базовых потребностей - потребность в безопасности и защищенности. Ребенок впервые остается без близких людей в незнакомой обстановке. В семье он в центре внимания, а в детском саду один из многих, такой же, как и другие. Это ломает сложившиеся у ребенка стереотипы, требует психологической перестройки, изменения поведения, выработки новых умений. А малыш раним, его организм функционально не созрел, ему трудно приспосабливаться. Нужна помощь взрослых: родителей и воспитателей. Как же сделать этот процесс менее болезненным?

Что нужно делать родителям до поступления ребенка в детский сад?

1. Необходимо узнать распорядок дня детского сада и приблизить режим ребенка дома к режиму дня его будущей группы. Это крайне важно!
2. Желательно отучить его от соски, груди и памперсов до начала посещения детского сада. Постепенно приучайте ко всем навыкам самообслуживания.
3. Старайтесь кормить ребенка разнообразной, простой, не перетертой до однородной массы пищей, (кашами, супами, овощами, овощными и фруктовыми салатами, мясом, рыбой, творогом и т.д.)
4. Приучайте ребенка обращаться ко взрослым за помощью любым удобным для него способом (как речевым, так и неречевым, если ребенок еще не разговаривает).
5. Подготавливайте Вашего ребенка к временной разлуке с Вами. Постепенно пробуйте разлучаться с ребенком на небольшое время, оставляя его на кого-то из родственников, близких, друзей.
6. Привлекайте ребенка к общению с другими людьми: посещайте с ним детские парки и площадки, пусть начинает общаться с детьми и взрослыми. Ходите с ним на детские праздники, на дни рождения друзей, наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется, или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.
7. Нужно сделать так, чтобы, чтобы малыш не боялся детского сада, - тогда ему будет легче привыкать. Ни в коем случае не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание. Обсудите в семье с ребенком, что положительного есть в детском саду (новые товарищи, много игрушек, интересные игры и т.д.).
8. Подробно проконсультируйтесь у Вашего детского доктора по поводу особенностей здоровья Вашего малыша.
9. Повысьте дома роль закаливающих и общеукрепляющих мероприятий.
10. Не отдавайте ребенка в садик в разгаре кризиса трех лет.
11. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
12. Формируйте в семье, через разговоры взрослых, позитивный, привлекательный образ детского сада, приближенный к образу реального учреждения, которое будет посещать ребенок.

Следуйте нашим рекомендациям, и Вашей семье будет намного легче привыкать к новым жизненным обстоятельствам.

Ждем Вашего малыша. До встречи!