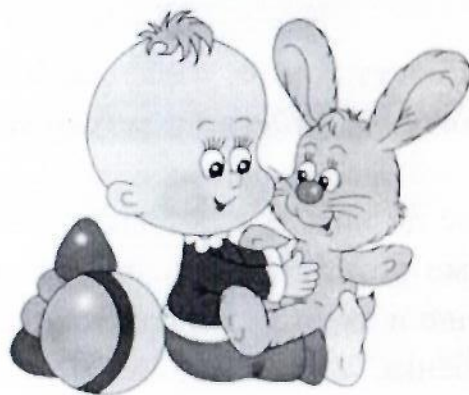


9. Даже если вы пошли в сад не в первый раз, это всё равно новое место, к которому надо привыкнуть. А хорошие привычки формируются не сразу.

10. Немаловажную роль в успешной адаптации играет эмоциональное состояние ребёнка. Не всегда спокойствие ребёнка является показателем успешности его адаптации. Очень часто дети прячут свои переживания глубоко внутри и с виду кажутся совсем спокойными, тем самым страдая ещё больше. Подавление эмоций чаще всего приводит к различным психосоматическим и неврологическим проблемам. Для того, чтобы этого не произошло, научите ребёнка выражать свои эмоции, не сдерживайте их. Ведь, по сути окружающих беспокоит не то, что ребёнок выплескивает свои эмоции, а то как он это делает.

11. Накануне первого посещения детского сада необходимо напомнить ребёнку, что завтра он идёт в группу, и ответить на все вопросы ребёнка. При этом не показывая тревоги и волнения, а наоборот, положительно настроить на следующий день.

Успешной адаптации!



За консультацией к нашим специалистам
Вы можете обратиться по адресу:

**Отдел Психолого-педагогического
сопровождения**

г. Сыктывкар, ул. Тентюковская, д. 97.

Телефон для справок: 8 (8212) 40-10-08

Отдел ТПМПК

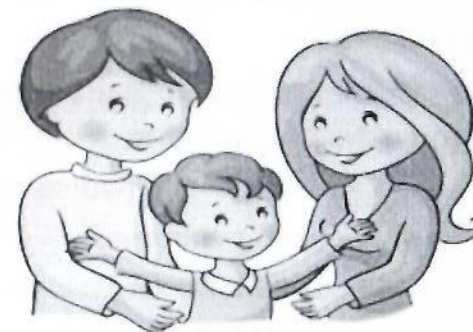
г. Сыктывкар, ул. Орджоникидзе, д. 22.

Телефон для справок: 8 (8212) 21-41-44



МБУ «Центр психолого-педагогического и информационно-методического сопровождения»
г. СЫКТЫВКАРА

Как успешно адаптировать ребёнка к детскому саду.



Материал подготовил педагог-психолог
отдела «ТПМПК» Тропникова Е. А.

Помочь ребёнку адаптироваться к условиям детского сада - важная задача взрослых. Для решения которой необходимо в первую очередь знать, что влияет на адаптацию:

1. Особенности жизни семьи:

- отсутствие режима, либо режим не совпадает с режимом детского сада.
- Отсутствие в семейном рационе питания блюд из меню детского сада.

2. Уровень развития культурно-гигиенических навыков:

- Не умение самостоятельно есть, пить.
- Не просится на горшок, не использует по назначению.
- Не пытается самостоятельно одеваться и обуваться.

3. Развитие предметно-манипулятивной и игровой деятельности:

- Не умеет занять себя игрушками.
- Бедный игровой репертуар.

4. Отсутствие опыта общения со сверстниками и чужими взрослыми:

- Страх перед чужими взрослыми и незнакомыми детьми.
- Не умение делиться.
- Не может обратиться за помощью или не принимает помощь.

5. Несформированность представлений о нормах поведения:

- Не умеет понимать запреты.

• Не слушать взрослых.

6. Индивидуальные особенности:

- Состояние здоровья.
- Наличие своеобразных привычек (засыпать только на руках...)
- Уровень тренированности адаптационных механизмов.

Чем могут помочь взрослые в период адаптации ребёнка к детскому саду.

1. Ещё до похода в детский сад необходимо познакомиться с его режимом, меню и ввести их в домашнюю жизнь ребёнка.

2. По возможности познакомить ребёнка с воспитателями, территорией детского сада (погулять вокруг детского сада), рассказывая о том, что он будет там делать. Если ребёнок уже большой, то его необходимо познакомить со сверстниками. Сходить к ним на прогулку и вместе погулять.

3. Рассказывать ребёнку интересные сказки и рассказы про детский сад.

4. Будьте сами готовы к тому, что ребёнок пойдет в детский сад. Не Переживайте. Он прекрасно чувствует все ваши волнения и реагирует на них.

5. Доверяйте детскому саду и педагогам, к которым вы приведёте своего ребёнка. Не в коем случае не высказывайтесь негативно в присутствии ребёнка, не озвучивайте свои страхи и опасения. И, не в коем случае, не копите их. Спрашивайте, узнавайте, интересуйтесь – ведь это правильно, когда родителям интересна жизнь их детей в новом месте.

6. Для более мягкого расставания с родителями разработайте свой собственный ритуал прощания: помахать рукой из окна, послать воздушный поцелуй, обнять и пожелать друг другу хорошего дня. Выбирать только вам, но любой ритуал сделает расставание менее стрессовым.

7. Предметы со знакомым и приятным запахом дома (игрушки, платочки, бытовые предметы, фотографии и пр.) могут стать помощником в адаптации не только маленьким, но и большим деткам.

8. Научить ребёнка знакомиться с детьми, принимать игровые роли, решать конфликтные ситуации важная задача взрослых: читая, играя в сюжетно-ролевые игры, приводя личные примеры мы решаем эту задачу.