



Рекомендации для родителей на период адаптации детей к ДОУ.

- Привести домашний режим в соответствие с режимом группы;
 - Познакомиться с меню дошкольного учреждения и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда;
 - Расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать детские площадки, ходить в гости к товарищу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки и т. п.;
 - По возможности приучать ребенка к самостоятельности при самообслуживании;
- Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров;
- Не отдавать ребенка в разгаре кризиса трех лет;
- Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он скоро придет;
- Стараться отдать его в группу, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе;
- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад;
- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за непослушание;
- Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;
- Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день;
- Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
- Настраивать ребенка на мажорный лад, внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим;

Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать детей домой;

-Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье;

-Щадить его ослабленную нервную систему;

-Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на его нервную систему. На время прекратить походы в театр, в цирк, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач;

-Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша;

-Создавать в выходные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении;

-Не наказывать ребенка за детские капризы;

Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.

Как не надо:

- отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
- не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребенка;
 - препятствовать контактам с другими детьми;
 - увеличивать нагрузку на нервную систему;
 - одевать ребенка не по сезону;
- конфликтовать дома, наказывать ребенка за капризы.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями

- Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду;
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства;
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет;
 - Принесите в группу свою фотографию;
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке);
- Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада;
- После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке;
 - Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу;

Будьте терпеливы.

Типичные ошибки родителей во время адаптации ребенка к ДОУ

Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.

Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка в детском саду. Выход на работу лучше отложить. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2-3 месяца.

Пребывание родителей в состоянии обеспокоенности, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» и «папы». Прежде всего им надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.

Пониженное внимание к ребенку также является типичной ошибкой родителей. Довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи, пересказывать события, случившиеся за день – это верный знак того, что он освоился.

Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период, сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению – это также и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы.