

Несколько правил для родителей, которые облегчат период адаптации

Правило № 1. Ребенок должен идти в детский сад с желанием. Садик - это не тюрьма и не клетка, в которую помещают кроху от безвыходности ситуации. Это - радость общения, радость творчества, радость познания окружающего мира. Только с этой позиции родители должны рассматривать детский сад и только на радость должны настраивать ребенка.

Правило № 2. Ваши собственные детские воспоминания могут пробудить у ребенка желание (нежелание) посещать детский сад. Прежде чем отдать малыша в садик, поговорите с ним об этом. Для того чтобы сформировать у чада положительный настрой, рассказывайте ему что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в детский сад. Постарайтесь сделать рассказ интересным - в этом случае ребенок не будет бояться, что его ждет что-то плохое, а станет с радостью ожидать первого дня своей новой жизни. Например, «Детский сад – это такой большой дом, с красивым садиком, куда мамы и папы приводят своих детей. Тебе там очень понравится: там много других детишек, которые все делают вместе – кушают, играют, гуляют. Вместо меня там будет с тобой тетя-воспитательница, которая станет заботиться о тебе, как и о других малышах. В детском саду очень много игрушек, там замечательная детская площадка, можно играть с другими детьми в разные игры и т. д.»

Правило № 3. Подготовительный период должен начаться задолго до дня первого посещения группы детского сада.

Лучше уберечь ребенка от неожиданностей. К примеру, за несколько недель до первого посещения начните гулять с ним возле детского сада или, если есть такая возможность, непосредственно на его детской площадке. На знакомой территории кроха будет чувствовать себя более уверенно.

В том случае, если детский сад находится поблизости от дома, в будущем коллективе у ребенка наверняка найдутся знакомые дети. Именно с ними он и станет общаться в первые несколько дней - до тех пор, пока не найдет себе новых друзей. В том случае, если группу не посещает ни один ребенок, с которым бы дружил ваш малыш, лучше заранее познакомить его с кем-нибудь из ребят. Это поможет ему быстрее наладить общение в коллективе.

Прежде, чем отвести чадо в детский сад, познакомьте его с воспитателями, с детьми. Первые несколько дней не оставляйте его там на полный день, даже если, по мнению педагога, ребенок не выказывал никакого беспокойства по поводу нахождения в новом коллективе.

Правило № 4. Избавьте ребенка от трудностей адаптации к новому режиму. Дети, не посещающие детский сад, живут по своему собственному расписанию: кто-то просыпается рано, кто-то - поздно; в разное время разные малыши ложатся спать, садятся за стол. В детском коллективе - свое расписание, свой режим, соблюдать который обязан каждый ребенок. Поэтому лучше приучить кроху заранее именно к такому режиму дня, который он будет соблюдать в детском саду. Его вы легко сможете узнать у воспитателя или заместителя заведующего по УВР.

Правило № 5. Приучайте ребенка к самостоятельности. В детском саду ребенку, конечно, помогут есть, но не будут уговаривать «скушать ложечку за маму, за папу» или включать мультфильмы. Совсем маленьким детям помогают одеться воспитатели; в более старшем возрасте ребенок должен уже кое-что уметь и сам. Безусловно, навыки самостоятельности прививаются не сразу. Однако в привычной домашней обстановке малышу будет гораздо проще научиться надевать колготки, застегивать пуговицы.

Самостоятельному ребенку будет проще, чем неприспособленному к самообслуживанию. Да и сами родители будут чувствовать себя спокойно, будучи уверенными в том, что у их малыша есть хоть какие-то навыки самообслуживания.

Правило № 6. Любя, не воспитывайте эгоиста. Проявляя свою любовь к ребенку, восторгаясь им, старайтесь не спровоцировать возникновения в его сознании мысли о собственной исключительности. Малыш должен знать, что родители и близкие люди с радостью выполняют его желания, а иногда и капризы, восхищаются им совсем не потому, что они обязаны это делать, а только потому, что любят его. Уступая ребенку, иногда просите и его пойти на уступки. Эгоистично настроенным детям в коллективе сверстников приходится порой туго. Не стоит забывать об этом.

Правило № 7. Существуют разные мнения о том, стоит ли находиться маме рядом с малышом в начальный период адаптации к детскому саду. Казалось бы, что тут плохого, если мама посещает садик вместе с ребенком? Все довольны, малыш не плачет, мама спокойна. Но тем самым неизбежное расставание только затягивается. Да и другие дети, глядя на чужую маму, не могут понять – а где же в таком случае моя? Поэтому будет лучше для всех, если с первого же дня ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы. А опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки.

Правило № 8. Предоставьте ребенку возможность эмоциональной разрядки. В первые несколько дней малыш чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации крохе просто необходимо «выпускать пар» эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает - это ему нужно.

В том случае, если адаптационный период проходит слишком остро и значительно превышает допустимые сроки, имеет смысл посоветоваться с психологом.

Правило № 9. Не позволяем себе негативных высказываний, связанных с детским садом в присутствии ребенка.