

ЧТО СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ ДО ДЕТСКОГО САДА, ЧТОБЫ ОБЛЕГЧИТЬ АДАПТАЦИЮ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ?

*Педагог-психолог МАДОУ МО г. Краснодар «Центр-детский сад № 200»
Жаркова Галина Валерьевна*



- 1. ОПРЕДЕЛИТЕСЬ СО СВОЕЙ ПОЗИЦИЕЙ: НА САМОМ ЛИ ДЕЛЕ ВАМ НУЖЕН ДЕТСКИЙ САД СЕЙЧАС?** Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
- 2. СОЗДАВАЙТЕ И СОХРАНЯЙТЕ ПОЗИТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ КО ВСЕМУ, ЧТО КАСАЕТСЯ ДЕТСКОГО САДА.**
- 3. РАССМОТРИТЕ СВОИ ДЕТСКИЕ ФОТОГРАФИИ С РЕБЕНКОМ.** Детям нравятся рассказы мам и пап о том, как они детьми ходили в сад. Расскажите, как вы, родители, сначала не умели чего-то делать, а потом научились.
- 4. ПОСЕЩАЙТЕ ВМЕСТЕ ДЕТСКИЕ ПЛОЩАДКИ.** Приучайте его к игре в песочницах, на качелях.
- 5. ХОДИТЕ НА ПРАЗДНИКИ, ДНИ РОЖДЕНИЯ.** Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован. Исходя из наблюдений, скорректируйте темы бесед с малышом. Главное, чтобы ребёнок воспринял положительный настрой взрослых, который поможет ему в дальнейшем.

6. НЕ ОБСУЖДАЙТЕ ПРИ РЕБЕНКЕ ПРОБЛЕМЫ, СВЯЗАННЫЕ С ДЕТСКИМ САДОМ. Помните о том, что дети в этом возрасте легко «считывают» эмоции близких, особенно матери, как бы она ни старалась скрыть свое состояние за улыбкой.

7. УЗНАЙТЕ РЕЖИМ ДНЯ И ПОСТАРАЙТЕСЬ ПРИБЛИЗИТЬ К НЕМУ РЕЖИМ СВОЕГО РЕБЕНКА. Ежедневно поднимайте малыша чуть раньше, чем в предыдущий день, сдвигая на более раннее время все привычные дела: завтрак, прогулку и т. д. Укладывайте ребёнка каждый день немного раньше, чем это было сделано вчера, ведь завтра утром ему предстоит встать раньше.

8. МЕНЮ ДЕТСКОГО САДА. Постепенно предлагайте малышу кушать те продукты и блюда, которые входят в меню детского сада (молочные каши, супы, рубленые мясные изделия, тушёные овощи, запеканки, компоты, кисели). Отучайте ребёнка от перекусов между основными приёмами пищи, чтобы он привыкал есть только в определённое время, съедал количество еды, достаточное для активной жизни в течение нескольких часов, и не испытывал дискомфорта.

9. АЛЛЕРГИЯ. Обязательно поставьте в известность персонал садика, если малыш склонен к аллергии на тот или иной продукт или лекарство.

10. САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ. Формируйте у ребенка навыки самостоятельности: приучайте его самостоятельно есть, пользоваться горшком, мыть руки и вытирать их полотенцем, одеваться и раздеваться, аккуратно складывать одежду. Научите малыша отличать лицевую и изнаночную сторону одежды, переднюю и заднюю часть. Если ребенок берет одежду и старается надеть её сам, то не мешайте ему, не пытайтесь сделать все за него! Если же наоборот, малыш не проявляет желания одеваться самостоятельно, то стимулируйте его. Например, наденьте ему носочки, но не до конца, и предложите самому подтянуть их повыше. Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять. Вместе одевайте и раздевайте игрушку. Устройте соревнование, кто быстрее наденет носки, футболку, свитер... Подыграйте малышу, уступив ему первенство. Ваш «Чемпион» придет в восторг, а заодно и потренируется в самостоятельном одевании.

11. ГОРШОК ИЛИ УНИТАЗ. Приучайте ребенка пользоваться горшком или унитазом. В случае, если ваш ребенок не умеет пользоваться горшком, постарайтесь приучить его сообщать о мокрых штанишках или, о возникшей потребности.

Ваш ребёнок индивидуален в своём поведении, своих переживаниях и чувствах, не забывайте об этом!