

Консультация для родителей.
АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке. Для ребенка это сложный период, который требует особого внимания со стороны. В период адаптации родителям следует придерживаться нескольких правил для успешного привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения.

Режим

Нередко трудности адаптации к детскому саду бывают вызваны тем, что ребенку никак не удается привыкнуть к новому режиму. Режим в жизни ребенка чрезвычайно важен, и резкая его смена – это, безусловно, дополнительный стресс. Режим детского сада и начинайте постепенно вводить его дома, адаптировать к нему ребенка.

Сон

Позаботьтесь о том, чтобы ребенок хорошо выспался ночью. Длительное недосыпание нередко является причиной невротических состояний, характеризующихся плаксивостью, ослаблением внимания, памяти. Утреннее пробуждение ото сна тоже важный момент. Будьте малыша на 10 минут пораньше, позвольте ему немного понежиться в постели до полного пробуждения.

Одеваемся

Надевайте в садик только ту одежду, в которой ребенок сможет чувствовать себя раскованно и свободно, которую будет в состоянии самостоятельно легко снимать и надевать

Отдых

Особое внимание обратите на организацию полноценного отдыха ребенка. Не стоит водить его в гости, поздно возвращаться домой, принимать у себя друзей. Малыш в этот период перегружен впечатлениями, следует щадить его нервную систему. Отложите на время все нововведения. У него уже достаточно новых впечатлений. Он обычно перегружен новыми сведениями и устает к вечеру. Задача родителей состоит в том, чтобы создать дома спокойную обстановку.

Семья

Уделяйте ребенку больше внимания дома. Побудьте с ним вдвоем, поиграйте или почитайте вместе. Не спешите домой после садика, остановитесь по пути на детской площадке или просто побродите, сопровождая прогулку веселой беседой. Обсудите с малышом прошедший день, терпеливо выслушайте его, ответьте на все вопросы и обязательно поддержите, если произошла малейшая неприятность.

Не пугайте садиком

Если кроха возбужден и неуправляем, не пытайтесь приструнить его фразами типа: «Если ты не успокоишься, отведу тебя обратно в детский садик!» Не формируйте образ детского сада как места, которым наказывают.

ГОТОВНОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ

Самое главное – положительный настрой на детский сад, если вы верите, что детский сад самое лучшее место на земле для вашего ребенка, так же будет считать и ваш ребенок, пусть пока на уровне внутренних ощущений.