

**САМАЯ РАСПРОСТРАНЕННАЯ
ОШИБКА – НЕГОТОВНОСТЬ К
НЕГАТИВНОЙ РЕАКЦИИ СО
СТОРОНЫ РЕБЕНКА ИЛИ ПРОСТО
НЕЖЕЛАНИЕ РАЗОБРАТЬСЯ В
ПРОБЛЕМЕ. РОДИТЕЛИ МОГУТ
ОКАЗАТЬСЯ НЕ ГОТОВЫ К
ИЗЛИШНЕЙ ПЛАКСИВОСТИ, НЕ
ЗНАЯ, ЧТО ПЛАЧ – ЭТО ОСНОВНАЯ
ДЕТСКАЯ РЕАКЦИЯ НА СТРЕСС.**

*Адаптационный период у
разных детей проходит по-
разному – для кого-то он
практически незаметен, а
кто-то сталкивается с очень
серьезными проблемами. В
среднем это два-три месяца, в
течение которых совершенно
необходимо помочь ребенку
освоиться и привыкнуть к
новому для него образу жизни.*

*Проявить терпение и
доброжелательность!!!*

МБДОУ «Детский сад № 5 «Ивушка»
Адрес электронной почты
dou5_ugansk@mail.ru
Адрес: г. Нефтеюганск,
8 мкр. 26 здание

*Адаптация ребенка
к детскому саду.*



Как облегчить привыкание ребенка к детскому саду ???

Период адаптации большинство психологов разделяет на три этапа: подготовительный, основной и заключительный.

Во время подготовительного этапа расскажите ребенку, что такое детский сад, чем в нем занимаются. Вспомните несколько забавных историй из собственной жизни, связанных с пребыванием в садике. Лучше даже сходить с ним «на экскурсию», познакомиться с детьми и воспитателями, обратить внимание на красоту вокруг детского сада и уют внутри. Еще до начала посещения дошкольного учреждения нужно приучить ребенка к некоторым элементарным действиям по самообслуживанию: самостоятельно одеваться и раздеваться, пользоваться туалетом, ложкой. Примерно за два-три месяца до начала посещения детского сада надо установить режим дня, близкий к режиму в учреждении, и стараться неукоснительно соблюдать его, даже по выходным. Нелишне будет также приучить малыша к новым блюдам, если до этого его рацион был иным, чем в детском саду.

Основной этап включает непосредственно пребывание в группе, но на непродолжительное время: от одного до трех часов в первое время. Важно сформировать положительные эмоции как от садика и постепенно подготавливать к более длительному отрыву от дома.

На заключительном этапе ребенок должен проводить в детском саду четыре часа и более, можно оставлять его на дневной сон. Когда настроение, сон и аппетит малыша приходят в норму, можно считать, что адаптационный период завершился. Но, как бы легко и, казалось, незаметно ни проходило время привыкания, для ребенка, как и для любого человека, подобная смена обстановки – это стресс, и задача родителей свести его к минимуму.

Самая распространенная ошибка – неготовность к негативной реакции со стороны ребенка или просто нежелание разобраться в проблеме. Родители могут оказаться не готовы к излишней плаксивости, не зная, что плач – это основная детская реакция на стресс.

Ребенок может особенно остро почувствовать разлуку с родителями, почувствовать себя брошенным и никому не нужным. Кроме того, со всеми стрессовыми ситуациями ему придется справляться самостоятельно, что может привести как к неоправданной агрессии в попытках защитить себя, так и напротив – замкнутости, отрешенности, нервозности. Противоположной же ошибкой является излишняя опека, затянутое и даже слезное расставание по утрам и немедленное возвращение, чтобы забрать домой.

Выше уже говорилось о том, что сам момент расставания должен пройти на позитивной волне.

Также одной из распространенных ошибок со стороны родителей является негативное высказывание в адрес воспитателей в присутствии ребенка. Пусть даже малыш и не поймет, о чем речь, но интуитивно почувствует, что мама чем-то недовольна, и у него сложится представление, будто детский сад – это место, где не все так хорошо, а воспитатели тоже могут быть плохими людьми, которые могут причинить вред.

Обязательно проживайте вместе этот новый для вас период. Интересуйтесь, каким был у него день, что интересного случилось в группе, что он узнал нового, во что играл, с кем познакомился.

Хвалите за успехи и помогите советом, если у малыша возникли трудности. Можете рассказать, как прошел день у вас в его отсутствие.

Ребенок будет чувствовать поддержку и знать, что он не предоставлен самому себе и от него не отказались.

Не забывайте подчеркивать, что теперь он стал взрослым и самостоятельным, каждый день ходит в сад так же, как мама с папой ходят на работу. Перед сном можно еще раз поговорить с ребенком о завтрашнем походе в детский сад, рассмотреть положительные моменты. Спать же малыша надо укладывать несколько раньше обычного: ведь даже взрослый человек, если чувствует себя не выспавшимся, больше подвержен отрицательным эмоциям и стрессу.