

## Адаптация ребёнка к детскому саду.

Самым первым и наиболее значимым во время поступления ребёнка в дошкольное учреждение является процесс адаптации. В этот период у малыша возникает переделка ранее сформированных динамических стереотипов, а также происходит преодоление психологических преград. Стресс может вызвать у малыша защитную реакцию в виде отказа от еды, сна, общения и даже, казалось бы, беспричинного повышения температуры.

Для того чтобы адаптация ребёнка проходила наиболее комфортно, необходимо провести «предварительную работу».

Думаю, все мы понимаем, что дисциплина, а также относительное чувство покоя формируются и через соблюдение режима дня – это повторяющаяся в течение дня структура, включающая в себя:

- подъём и приём пищи в одно и то же время,
- прогулка и общение с друзьями
- определённым образом выстроенный досуг
- обязательные ритуалы в процессе подготовки ко сну.

Посредством этих, казалось бы, простых мероприятий, мы формируем у ребёнка чувство защищённости, а также авторитет взрослого, доверие к нему. Для поддержания авторитета необходимо соблюдать принцип «Желательное плюс необходимое». Например, мы хотим сформировать такой навык самообслуживания как одевание, тогда мы предлагаем ребёнку самостоятельно выбрать цвет носочков: «Какого цвета носочки ты хочешь надеть - розовые или жёлтые?» Ребёнок выбрал, теперь «необходимое дело» - надеть самому эти носки: «Ты – молодец, носочки выбрал сам, и надеть тоже можешь сам, да?! Эту фразу необходимо говорить на эмоциональном подъёме с полной уверенностью.

Наверняка каждая мама хочет, чтобы её дети везде и всегда чувствовали себя «как рыба в воде». А где же ребёнок чувствует себя так? Конечно же, в среде себе подобных, то есть среди таких же детей, как и он сам. А если в семье всего один ребёнок? Взрослые? Взрослые – это взрослые! Поэтому ребёнку необходимо встречаться с детьми на площадке, принимать к себе и ходить в гости. И, конечно, можно договориться с педагогами и прийти в детский сад на прогулку, в группу и познакомиться с воспитателями, выбрать кровать и т.д.

Будет очень хорошо, если родители, завершив чтение, рисование с ребёнком, спрашивали: «Тебе понравилось? Мы с тобой сейчас играли как в садике!» или «Давай поиграем в садик!» (с куклой).

Вот и наступила осень и нам пора идти в садик. Будет хорошо, если, собираясь, взрослый будет говорить, что все работают – и папа, и мама и сынок в садик тоже ходит «на работу».

К сожалению, некоторые дети при расставании плачут... и нельзя им говорить: «НЕ ПЛАЧЬ, я скоро приду!» Детям сложно ориентироваться во времени. Лучше сказать: «Я тебя очень люблю, я поработаю, а ты покушаешь, поиграешь, позанимаешься, поспишь, а когда ты проснёшься и покушаешь, тут и я приду за тобой и мы пойдём домой! Я обязательно приду!» Хорошо будет, если несколько первых дней приводить ребёнка на 2-3 часа, впоследствии – до обеда и когда ребёнок привыкнет, то можно и на сон оставить, предварительно поставив ребёнка в известность, при этом необходимо соблюдать принцип стабильности, то есть приводить и забирать ребёнка в одно и то же время.

Конечно, мы каждый день интересуемся у ребёнка, как прошёл день, чем занимались, и, обязательно хвалим за ВСЕ поделки, которые выполнил ребёнок и говорим ему: «Ты – молодец, я горжусь тобой!»

Наш малыш ходит в детский сад, но всё же тяжело расставаться по утрам или даже ещё дома начинает сопротивляться и не хочет идти «на работу». В этом случае можно предложить взять любимую игрушку или сказать, что в группе его ждут игрушки, друзья, воспитатели.

И ещё один очень важный момент: НИКОГДА нельзя запугивать ребёнка: «Если будешь плохо себя вести, оставлю тебя в садике!» и не высказываться о садике и воспитателях в недоброжелательном тоне в присутствии ребёнка.

Помните, что дети всегда интуитивно считывают информацию, глядя на взрослого и слушая его, поэтому наша с вами задача – предоставить ребёнку возможность быть счастливым, ввести его в этот мир и показать, что он прекрасен! Желаем всем счастья и успехов!