

# Советы наших педагогов по успешной адаптации малышей.

## Дорогие родители!

Адаптация – от латинского *Adaptatio* – «приспосаблию». Социально-психологическая адаптация представляет собой приспособление личности к социальной среде. Целью любой адаптации является устранение либо ослабление разрушающего действия факторов среды («Педагогический энциклопедический словарь» под ред. Б.М.Бим-Бада).

С большой ответственностью нужно подходить к выбору дошкольного учреждения. Для маленького ребенка в период адаптации очень важна территориальная близость детского сада к дому, потому что дальняя дорога отнимает очень много физических и эмоциональных сил.

В настоящее время в нашем детском саду накоплен большой опыт приема детей раннего возраста и облегчения привыкания в новых условиях.

- Ø Во-первых, прежде чем пойти в детский сад родители должны заранее максимально многому научить своего ребенка: частично снимать/надевать отдельные предметы одежды, пить из кружки, а не из бутылочки, держать ложку, садиться на горшок и др.
- Ø Важным этапом подготовки к детскому саду является соблюдение режима, установленного в дошкольном учреждении. Необходимо заранее встретиться с воспитателем вашего малыша, который расскажет все правила поведения и посещения детского сада. Не стесняйтесь рассказывать педагогам про вашего ребенка, его особенности поведения и характера. Обязательно скажите воспитателю, как Вы зовете малыша дома, чем он любит заниматься, что он любит кушать, как он укладывается спать, чего боится. Также педагоги всех групп в начале учебного года предлагают родителям заполнить анкету об особенностях своего ребенка. Тесное общение воспитателей и родителей приводит к комфортному пребыванию ребенка в детском саду в период адаптации.
- Ø Детей пугает неизвестность, поэтому нужно заранее рассказать Вашему сыну или дочке, что такое детский сад, почему Вы хотите, чтобы он туда пошел, зачем туда ходят дети. Чем подробнее будет Ваш рассказ, тем спокойнее и увереннее будет ребенок. Например: «Петенька, в садике детки вместе играют, поют песни, много гуляют, слушают интересные сказки. А какая вкусная в садике каша!...» Создавайте доброе, радостное настроение, говоря о детском саде. Рассказывайте

ему как это здорово входить во «взрослую жизнь», каким он стал большим. Родители должны быть спокойны при разговоре о детском саде.

- Ø Никогда не обсуждайте при ребенке проблемы и трудности, связанные с дошкольным учреждением, а также не нужно пугать детей детским садом за непослушание и другие детские проступки. Прежде, чем оставить ребенка в детском саду, придите накануне вместе с ним для того, чтобы ребенок вместе с мамой (папой) обследовал все помещения и уголки группы и, впоследствии, не пугался незнакомых вещей.
- Ø Мы рекомендуем Вам в первое время не оставлять ребенка на целый день, а постепенно увеличивать время пребывания в детском саду. Для начала Вы приводите ребенка на 2 часа, с каждым днем время пребывания увеличивается.
- Ø Создайте с ребенком собственную систему знаков при расставании: поцеловать своего малыша в одну щечку, в другую, в носик, помахать ручкой, пожелать хорошего дня. Не затягивайте прощание с ребенком. Обязательно скажите, что Вы скоро придете. При встрече спросите, как прошел день, похвалите его, поцелуйте. Не пугайтесь, если малыш встречает Вас слезами. Это не означает, что ему плохо в группе, просто маленькому человечку нужно передать свои переживания и получить порцию нежности от Вас. Возможно, ребенок захочет взять с собой какую-нибудь свою игрушку, напоминающую ему о доме. Это будет его успокаивать в новой обстановке в ожидании родителей.
- Ø В период адаптации необходимо уменьшить нагрузку на нервную систему: исключите посещение театров, цирка, гостей и другие многолюдные места. Побудьте вместе, обязательно говорите ребенку, о том, как Вы его любите, как он Вам дорог.
- Ø Желательно в первое время подписывать вещи детей даже простой шариковой ручкой, во избежание путаницы с одеждой. При одевании ребенка будет исключена возможная ситуация одеть не свою одежду. Ребенок не будет нервничать, увидев свою кофточку на чужом малыше.
- Ø Малыши, которые только что поступили в детский сад, особенно подвержены заболеваниям. Причиной этому служат стресс, связанный с новой обстановкой, расставание с родителями, а также неблагоприятная бактериальная среда. В связи с этим родители, готовя детей к поступлению в детское учреждение, должны особое внимание уделять закаливающим процедурам и витаминам.

Полное привыкание ребенка к детскому саду возможно через 2-3 месяца, в некоторых случаях через 6 месяцев. Когда ребенок с удовольствием и с радостью будет ходить в детский сад, у него будет хороший аппетит и крепкий дневной сон, и через некоторое время Вы с удивлением, а потом и с гордостью начнете отмечать, что малыш стал гораздо самостоятельней, разговорчивей и взрослей.

С уважением,  
воспитатели младших групп