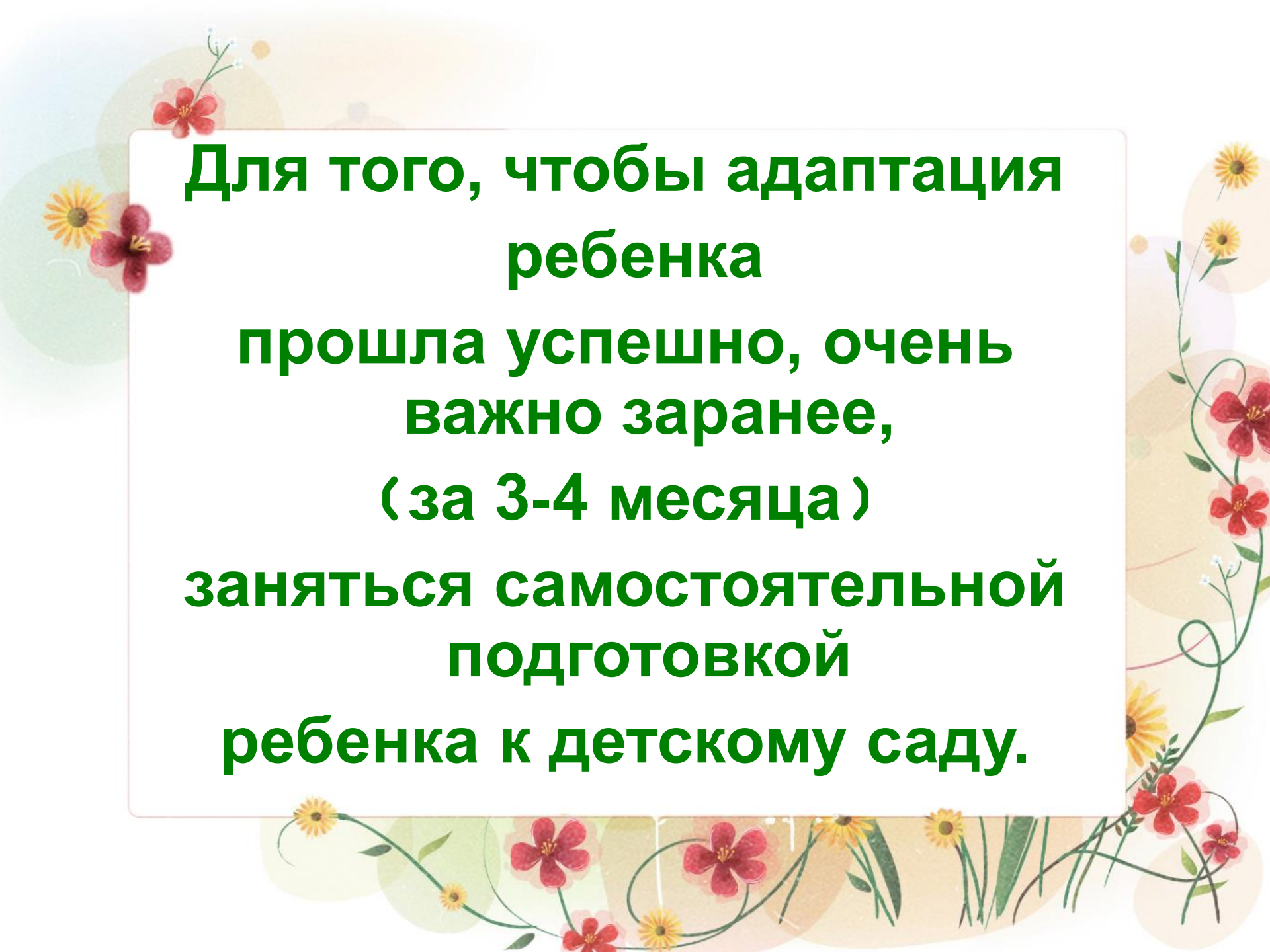


# Как помочь ребенку быстрее адаптироваться в детском саду

## Рекомендации для любящих родителей

Педагог-психолог МДОУ 190 г. Ярославля  
Уточкина Ирина Валерьевна





**Для того, чтобы адаптация  
ребенка  
прошла успешно, очень  
важно заранее,  
(за 3-4 месяца)  
заняться самостоятельной  
подготовкой  
ребенка к детскому саду.**

- 
- Прогуливаясь рядом с детским садом, расскажите ребенку, что это такое.

«Детский сад – это такой большой дом с красивым садиком, куда мамы и папы утром приводят своих детей.

Тебе там очень понравится: в садике много других ребят, которые все делают вместе – кушают, играют, гуляют.

Вместо меня там будет с тобой тетя-воспитательница, которая станет заботиться о тебе, как и о других малышах».



○ **Расскажите ребенку, что**

**Он скоро будет ходить в детский садик, где много детей, с которыми можно играть, и много новых интересных игрушек.**

**Сообщите, как весело и здорово будет играть с ребятами в новые игры.**

**Такой разговор поможет сформировать у ребенка положительное отношение к детскому саду, осознанное представление о переменах в его жизни.**

**Посетите детский сад с ребенком заранее, чтобы он мог познакомиться с игровой площадкой, воспитателями, помещениями.**

○ **Когда вы идете мимо детского сада...**

**С радостью напоминайте ребенку о том, что не всех детей берут в детский садик. А ему повезло – скоро он сможет сюда ходить.**

**Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша, что очень гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.**



## ○ Поговорите с ребенком 7



что 7 тети 7 с которыми он там встретится 7 будут играть 7 петь и танцевать с ним 7 читать ему книжки 7 рассказывать сказки и всегда во всем помогут .

- Скажите, что теперь по утрам вся семья будет отправляться на работу...

Папа - в свой офис, мама - в свой,  
старший брат или сестра - в школу,  
а он - в детский сад,  
а после работы мама или папа придут  
за ним и заберут домой.





○ **Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада.**

**Для этого лучше использовать серию сказок про детский сад, главным героем которых будет любимый мишка или зайка малыша.**

**Чем подробнее будет ваш рассказ – тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш малыш, когда пойдет в детский сад.**

**Когда ребенок увидит, что ожидаемое событие происходит так, как было ему заранее «обещано», – он почувствует себя увереннее.**

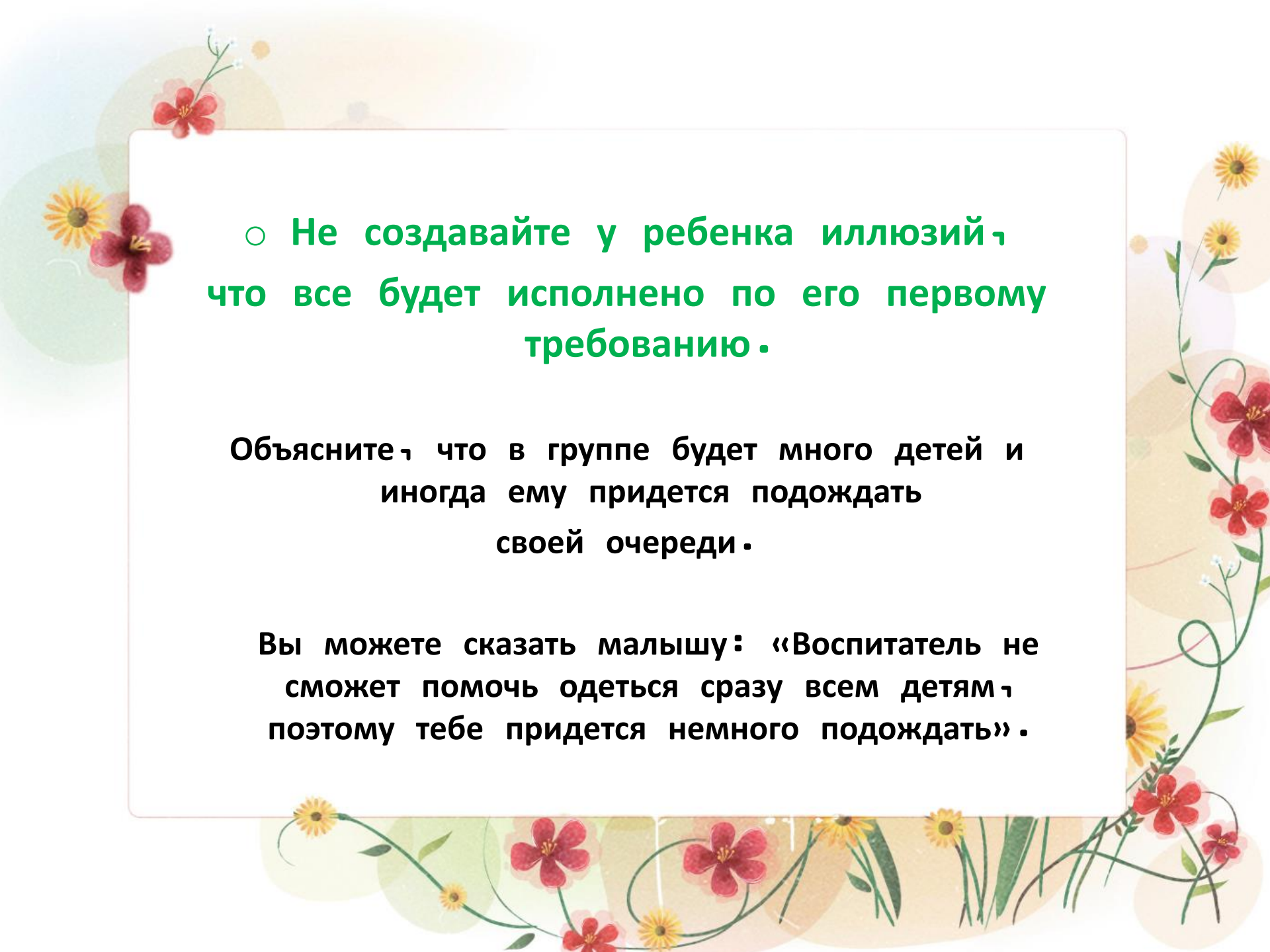


○ **Честно поговорите с ребенком о трудностях, которые могут возникнуть у него в детском саду.**

**Обговорите, к кому в этом случае он сможет обратиться за помощью, и как он это сделает.**

**Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и воспитатель нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом тете».**

**Подобные ситуации очень полезно обыграть с ребенком с помощью игрушек со сменой ролей.**



○ **Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по его первому требованию.**

**Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди.**

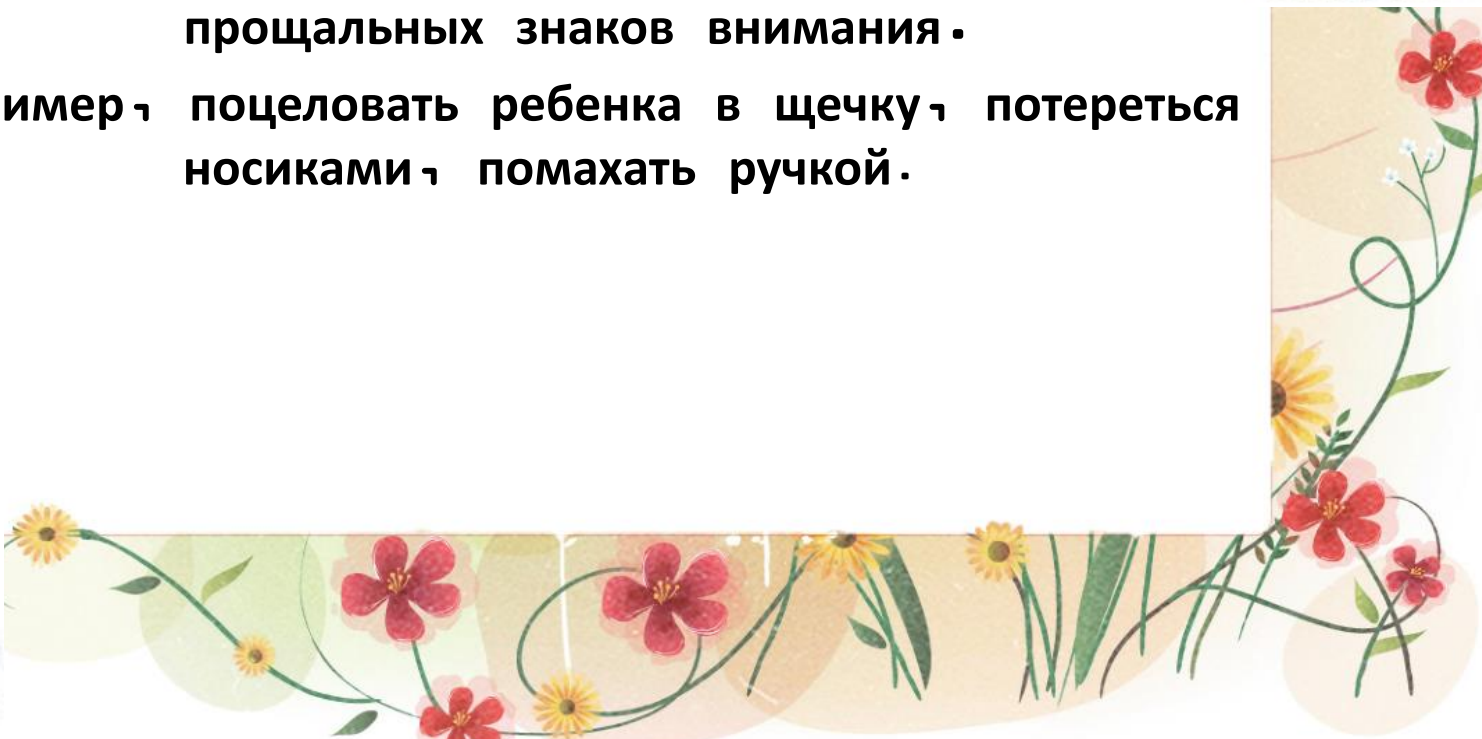
**Вы можете сказать малышу: «Воспитатель не сможет помочь одеться сразу всем детям, поэтому тебе придется немного подождать».**



○ **Выберите ритуал прощания.**

**Вместе с ребенком придумайте  
последовательность действий,  
прощальных знаков внимания.**

**Например, поцеловать ребенка в щечку,  
потереться носиками,  
помахать ручкой.**



○ **Научите ребенка знакомиться с другими детьми...**

**Обращаться к ним по имени,  
просить, а не отнимать игрушки,  
в свою очередь, предлагать  
игрушки другим детям.**



○ **Когда ваш малыш впервые отправится в сад...**

**Не забудьте дать ему с собой любимую игрушку:**

**привычная вещь будет действовать на ребенка успокаивающе. Это для него частичка дома - частичка безопасности...**



- 
- **Вводить ребёнка в новую ситуацию нужно постепенно.**

**В первые дни ребенка приводите после завтрака, затем можно оставить на прогулку.**

**Расставаясь, обязательно скажите, что вернётесь за ним.**

**Как правило, многие дети через несколько дней привыкают к новым условиям.**

**Распланируйте свое время на первые дни, чтобы со своей стороны помочь ребенку плавно пройти адаптацию в садике.**

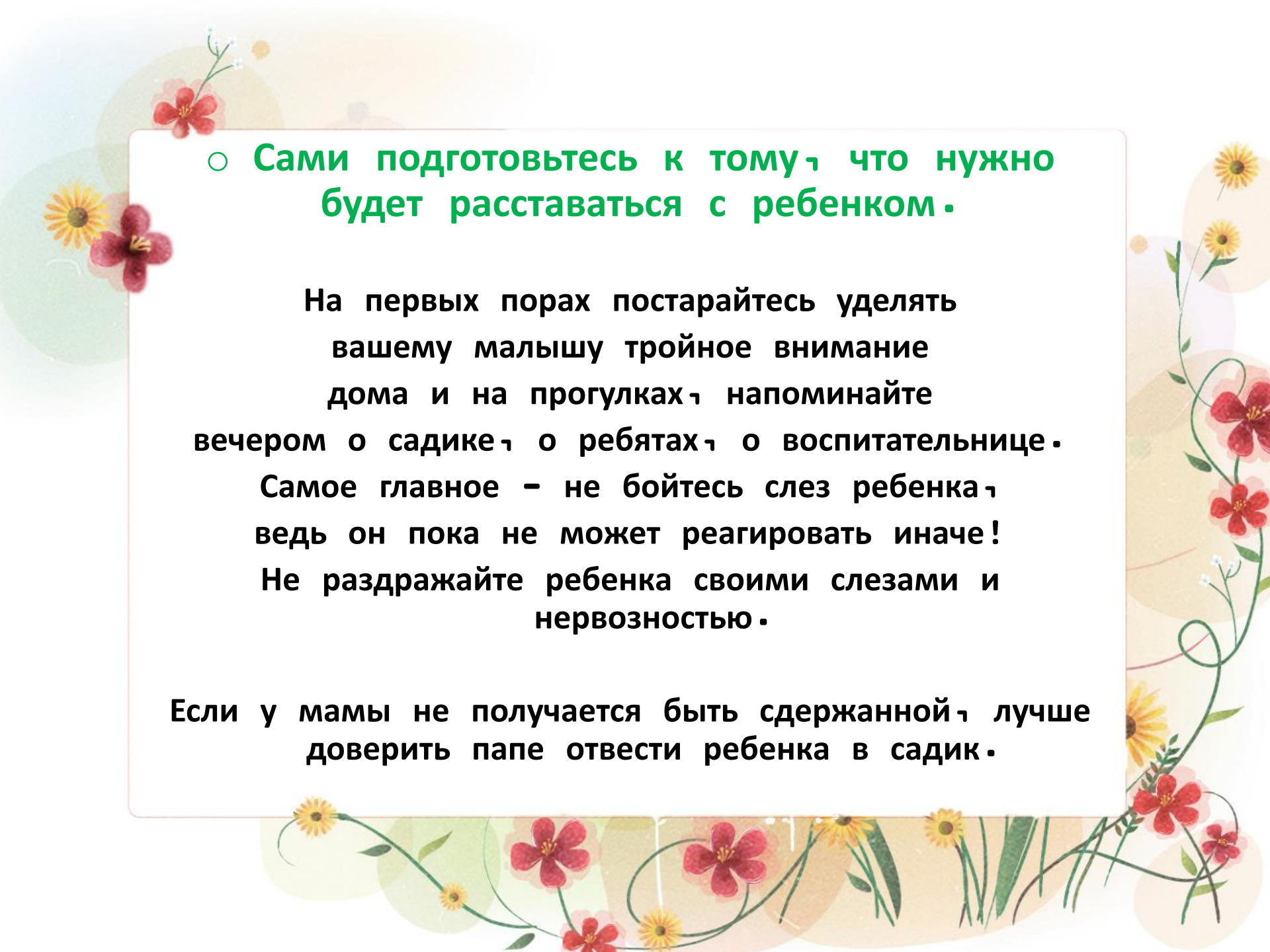
○ **Познакомьтесь с другими родителями и их детьми.**

**Называйте других детей в присутствии вашего малыша по именам. Спрашивайте его дома о новых друзьях.**

**Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям.**

**Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем легче будет вашему ребенку.**



- 
- **Сами подготовьтесь к тому, что нужно будет расставаться с ребенком.**

**На первых порах постарайтесь уделять вашему малышу тройное внимание дома и на прогулках, напоминайте вечером о садике, о ребятах, о воспитательнице. Самое главное – не бойтесь слез ребенка, ведь он пока не может реагировать иначе! Не раздражайте ребенка своими слезами и нервозностью.**

**Если у мамы не получается быть сдержанной, лучше доверить папе отвести ребенка в садик.**



○ **Не стоит колебаться.**



**Будьте твердыми в собственных убеждениях  
положительной функции детского сада.**

**Ребенок отлично чувствует, когда родители  
сомневаются в целесообразности  
детсадовского воспитания.**

**Любые ваши сомнения малыш сумеет использовать  
для того, чтобы остаться дома и  
воспрепятствовать расставанию с родителями.**

○ **Не позволяйте себе негативных высказываний, связанных с детским садом в присутствии малыша.**

**В присутствии ребенка избегайте резких замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.**

**Тем не менее, прояснить ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в корректной форме через специалистов.**

**Важно! Никогда не пугайте ребенка детским садом.**



- 
- **Постарайтесь быть терпеливыми в период адаптации ребенка к садику.**

**Не жалейте времени на эмоционально-личностное общение с ребенком.**

**Поощряйте посещение детского сада.**

**Помните, что детский сад - это первый шаг малыша в общество, импульс развития представлений и формирования моделей поведения ребенка в социуме.**

**Удачи!**



**Спасибо за внимание!**