

# КОНСУЛЬТАЦИЯ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## «Что можно сделать, чтобы адаптация малыша к дошкольному учреждению прошла в лёгкой форме».

**Цель:** познакомить родителей с условиями успешной адаптации ребенка к условиям воспитания в детском саду.

Уважаемые родители вы сейчас вступаете в важный период вашей жизни и жизни вашего ребенка - он идет в детский сад. И для того, чтобы адаптация его к новым условиям прошла как можно спокойнее и быстрее, вы должны знать побольше об особенностях этого сложного периода.

**Адаптация** – привыкание организма к новым условиям. Для малыша, поступающего в дошкольное учреждение, его группа, дети этой группы, педагог - всё это и есть новые условия. Как сделать так, чтобы адаптация не превратилась в кошмар для ребёнка и его родителей?

**Ответ прост.** Сделать условия знакомыми.

1. **Режим дня** – необходимо домашний режим приблизить, на сколько это возможно, к режиму дошкольного учреждения.
2. **Новая обстановка** - следует договориться с педагогом и посетить несколько раз группу детского сада, познакомиться с помещениями, игрушками, всей обстановкой.
3. **Незнакомые люди** – по договорённости с педагогом, нужно приходить на участок детского сада, когда гуляют дети вашей группы, в течение 2 – 3 недель. Познакомить с детьми и педагогом.
4. **Много детей** – заранее «вводите» ребёнка в детский коллектив: дети друзей, на детской площадке и т.д.
5. **Навыки самообслуживания.** Уточните в дошкольном учреждении, какие навыки самообслуживания подходят вашему ребёнку по возрасту, и обязательно научите его этим действиям. Ребёнку, умеющему самостоятельно кушать, не придётся ждать очереди, когда к нему подойдёт педагог и накормит.
6. **Незнакомая пища** – познакомьтесь в ДОУ с примерным меню дошкольников. Готовьте дома подобные блюда.
7. **Умение занять себя.** Научите ребёнка разным действиям с предметами и игрушками. Если ребёнок, умеет занять себя, он будет чувствовать себя увереннее.
8. **Доверие к взрослым.** Ребёнок должен верить (на этом этапе) взрослым. Должен понимать, что тети в дошкольном учреждении добрые и не причинят ему вреда.
9. **Умение выражать свои потребности** – научите ребёнка обращаться к взрослым с просьбой.



10. **Разлука с мамой.** Ребёнок должен быть уверен, что мама его не разлюбила. Малышу необходимо объяснять, что он уже большой и поэтому ему необходимо посещать детский сад. А мама обязательно его заберёт, как только сделает свои дела.

*Не при каких обстоятельствах не обманывайте ребёнка.* Один раз обманутый, ребёнок не будет доверять вашим обещаниям.

*И ещё несколько советов родителям, отдающих детей в дошкольное учреждение.*

1. Настройтесь сами на то что, ребёнок уже дорос до детского сада. Ваша неуверенность будет передаваться ребёнку и скажется на его спокойствии.
2. Настраивайте ребёнка только на положительное. С весёлым настроением рассказывайте, что делают дети в детском саду. Сомнения оставьте при себе, и делитесь ими только тогда, когда ваш ребёнок не может услышать. (Соседняя комната и занятость ребёнка игрушками – не считается).
3. Не пугайте малыша детским садом. (*Вот пойдёшь в детский сад, там тебя наказывать будут. Не будешь слушаться, отведу тебя в садик.*) Это накладывает отрицательный эмоциональный настрой.
4. В первой же беседе с педагогом сообщите индивидуальные особенности своего ребёнка, вредные привычки ребёнка (сосание пальца, укачивание при укладывании), особенно медицинские противопоказания.
5. Не оставляйте ребёнка в первые дни на целый день. Для ребёнка это очень тяжело как морально, так и физически.
6. При расставании с малышом сократите до минимума процедуру прощания. Затянутое расставание расстроит ребёнка ещё больше.
7. Если малыш очень привязан к маме, пусть в детский сад его отводит другой член семьи, расставание с которым для ребёнка не так болезненно.
8. Дома, на период адаптации создайте спокойную уравновешенную обстановку, без перегрузки нервной системы малыша. Исключите походы на развлекательные мероприятия, в гости, ограничьте приход гостей к вам.
9. Показывайте пример ребёнку вежливого дружеского общения с персоналом детского сада. Таким образом, ребёнок поймёт, что «тёти» хорошие и им можно доверять.
10. Как можно чаще напоминайте ребёнку, какой он стал взрослый, что вы им гордитесь и что очень, очень любите.

