

Что делать, если ребёнок начал ходить в детский сад

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада.
2. Приучайте ребёнка к детскому саду постепенно – не оставляйте его в течении первой недели на весь день в детском саду.
3. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка.
4. Поддерживайте дома спокойную обстановку, не собирайте шумные компании.
5. Не перегружайте ребёнка новой информацией.
6. Будьте внимательны к ребёнку, заботливы и терпеливы.



Как родители могут помочь своему ребенку в период адаптации к ДОО

1. Важен Ваш уверенный, позитивный настрой на детский сад.
 2. Рассказывайте ребёнку, что хорошего и интересного его ждёт в детском саду.
 3. Дайте ребенку с собой его любимую игрушку или домашний предмет.
 4. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (воздушный поцелуй, поглаживание по спинке и т.д.).
 5. После детского сада погуляйте с ребёнком в парке, на детской площадке, поиграйте в подвижные игры.
 6. Устройте небольшой семейный праздник вечером.
- Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу. Будьте терпеливы и у Вас вместе все получится!***



АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ



Адаптация (от лат. «приспосаблию») – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Врачи и психологи различают три степени адаптации ребёнка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжёлую.

При **легкой адаптации** поведение ребёнка нормализуется в течении месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1–2 недели. У ребёнка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние.

Во время **адаптации средней тяжести** сон и аппетит восстанавливаются через 20–40 дней, в течении месяца настроение может быть неустойчивым. Однако при поддержке взрослого ребёнок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче привыкает к новой ситуации.

Тяжелая адаптация приводит к длительным заболеваниям. У ребенка преобладают агрессивно- разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации; активное эмоциональное состояние, плачь, негодующий крик, либо тихое хныканье, подавленность, напряженность.

Факторы, от которых зависит течение адаптационного периода

1. Состояние здоровья.
2. Уровень развития.
3. Умение общаться со взрослыми и сверстниками.
4. Сформированность предметной и игровой деятельности.
5. Приближенность домашнего режима к режиму детского сада.



Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

1. Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.
2. Наличие у ребёнка своеобразных привычек.
3. Неумение занять себя игрушкой.
4. Несформированность элементарных культурно – гигиенических навыков.
5. Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.

К моменту поступления в детский сад ребенок должен уметь:

- самостоятельно садиться на стул;
- самостоятельно пить из чашки;
- пользоваться ложкой;
- активно участвовать в одевании, умывании.

