

Даринцева Татьяна Леонидовна,
старший воспитатель,
МАДОУ детский сад «Росинка»
детский сад № 50 «Кубик Рубик»,
г. Новоуральск, Свердловская область

Адаптация ребенка к детскому саду. Как помочь?

Поступление ребёнка в дошкольное учреждение – не простой период в жизни родителей и малыша. Чтобы Ваш ребенок мог безболезненно и быстро адаптироваться к условиям детского сада, необходимо готовить его к поступлению заранее.

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду?

ЗАРАНЕЕ ПЕРЕХОДИМ НА РЕЖИМ ДЕТСКОГО САДА

Минимум за месяц нужно перейти на режим дня детского сада. Причина - физиология развития ребенка раннего возраста. Если малыш привык обедать в час дня, то к этому времени у него уже начинает вырабатываться желудочный сок и он испытывает чувство голода. Такой ребенок не захочет есть в 11:30, когда в группе раннего возраста начнется обед. Потом, к часу дня, он проголодается и не сможет уснуть в тихий час или будет постоянно капризничать.

Постепенно малышу нужно перейти на режим дня детского сада.

РЕЖИМ ДНЯ

в группах для детей раннего возраста

Режимные моменты, деятельность	Время в минутах
Утренний прием детей. Игры.	6.30 - 8.10
Индивидуальная работа с детьми	
Утренняя гимнастика в группе	8.10 - 8.20
Спокойные игры. Подготовка к завтраку	8.20 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00
Игры. Подготовка к занятиям	9.00 - 9.10
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.10 - 9.40

Прогулка	10.00 - 11.20
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	11.20 - 11.30
Обед	11.30 - 12.00
Подготовка ко сну. Пение перед сном	12.00 - 12.20
Сон	12.20 - 15.00
Постепенный подъем. Оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 - 16.30
Самостоятельная деятельность детей.	16.30 - 18.30
Игры.	
Уход детей домой	

На ночной сон нужно укладывать малыша не позднее 21.00 часа.

Когда можно считать, что малыш умеет пользоваться горшком?

Навык сформирован, если ребенок без напоминаний, осознанно садится на горшок. Если Вы каждый раз просите ребенка, используете определенные слова или звук воды - не навык сформирован, а условный рефлекс. При адаптации к детскому саду в стрессовой ситуации ребенок начнет игнорировать горшок.

Правила для приучения к горшку:

- Горшок должен быть один.
- Горшок должен быть устойчивым и физиологически удобным для ребенка.
- Не нужно ставить горшок среди игрушек.
- Не стоит покупать горшок с музыкой или подсветкой – он не должен ассоциироваться с игрой.
- Горшок должен стоять на одном месте. Если ночью ребенок просыпается, то идет к горшку на его обычном месте.
- За горшок можно только хвалить, ругать за оплошности нельзя.

Как научить пользоваться горшком?

В многодетных семьях есть пример старших братьев и сестер, поэтому дети учатся садиться на горшок быстрее. Чтобы помочь малышу, сходите в гости, где есть малыш одного пола с вашим ребенком. На своем примере он покажет, что горшок – это удобно.

Сажайте ребенка на горшок только при полном мочевом пузыре, чтобы сформировать связку «ощущение наполненности - горшок - мочеиспускание».

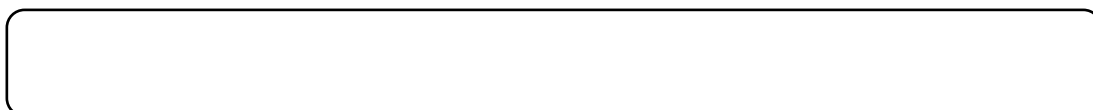


Объясните ребенку, что такое детский сад.

Например, «Детский сад – это дом для малышей. Каждое утро их туда приводят родители, чтобы они могли вместе покушать, поиграть и погулять. В детском саду с тобой будет целый день добрый воспитатель. С воспитателем будете играть с другими детками в разные игры, гулять на детской площадке, играть в песочнице».

Ближайшие месяцы повторяйте ребенку две установки. Первая: «Мамы и папы ходят на работу, а все детки твоего возраста ходят в детский сад». В этой фразе сделайте акцент на слове «все». Вторая: «Ты в садике не останешься навсегда, мы по утрам приводим тебя, а вечером заберем тебя домой». Делайте упор на «вечером заберем тебя домой».

Каждый раз, когда Вы идете с ребенком мимо детского сада, обращайтесь его внимание на играющих детей, веселые игры. При ребенке проговаривайте близким, как гордитесь им, ведь его взяли в детский сад! Совсем скоро ребенок сам начнет «хвастаться».



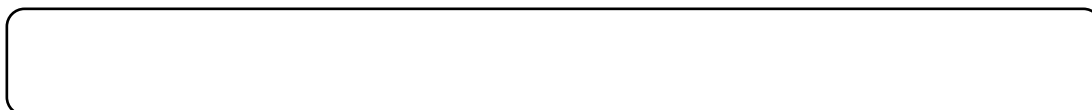
Почему важно уметь раздеваться?

Ваш ребенок умеет сам снимать колготки, сандалики, носочки, шортики или юбочку? Малыш, который уже **научился раздеваться**, сможет беспрепятственно пользоваться горшком. Малыш без этих навыков будет ждать, когда кто-то из взрослых его разденет и посадит, а в группе детей много.

Одежда ребенка должна быть удобной. Даже если ребенок умеет снимать ее, но она неудобная – он может не справиться, будет мучиться с пуговками, тугими резинками, может не успеть и намочит штанишки. Так у малыша может возникнуть негативная реакция на горшок в детском саду.

Почему важно уметь держать ложку?

Ответьте на вопрос: «Мой ребенок кушает самостоятельно или он только пережевывает пищу, а ложкой орудует мама?». Ребенок, который хорошо держит ложку и активно пользуется ею, не будет испытывать стресс во время еды в детском саду. Ему не придется ждать, пока его покормит малознакомая тетя. Воспитатель и няня докармливают всех, кто не берет ложку, но не каждый ребенок к этому готов. Поэтому **Ваша задача – научить ребенка кушать самостоятельно.**



Ритуал прощания - это последовательность действий по одному и тому же сценарию, который настраивает на нужный лад. Это важно делать даже дома, чтобы малыш спокойно воспринимал временную разлуку, знал, что останется с кем-то из близких, а мама скоро придет. Прощайтесь с малышом каждый раз одним и тем же способом. Четко проговаривайте, во сколько вернетесь: «Я вернусь, когда закончится мультик», «Ты погуляешь, пообедает, и я приду за тобой». Сразу уходите. И запомните: малыш имеет право расстраиваться и плакать, когда вы уходите, ведь он вас очень любит! Это нормально.

Адаптация ребенка к детскому саду — это важный и сложный процесс, который требует внимания и поддержки со стороны взрослых. Все дети,

которые посещают дошкольное учреждение, проходят адаптацию в той или иной форме. Одни сложно адаптируются, другие - относительно легко и быстро. **Главное - быть терпеливыми, внимательными и поддерживать ребенка на этом значимом для него этапе.**