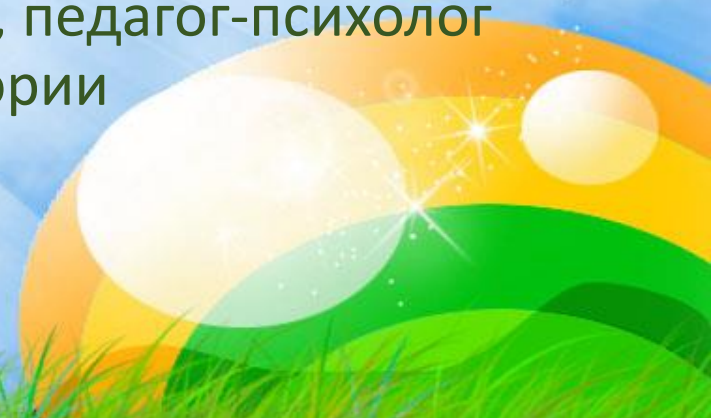




Психологическая подготовка малышей и их родителей к поступлению в детский сад

Составитель: Е.Н.Корсикова, к.п.н., педагог-психолог
высшей квалификационной категории

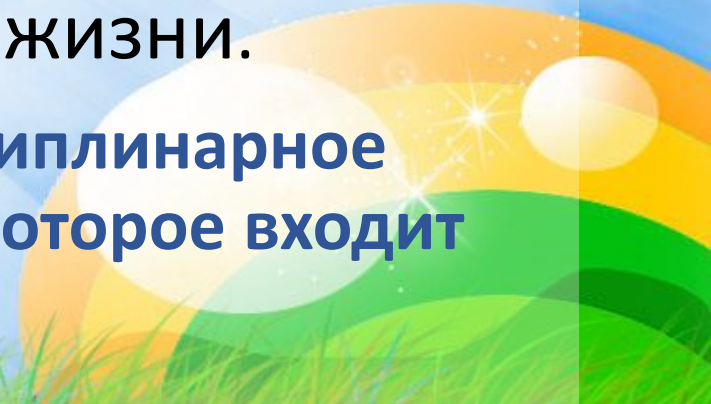




Адаптация ребенка к детскому саду

это **нормальное состояние организма**, обусловленное необходимостью активно приспосабливаться к изменениям окружающей среды, привыкание к новым нормам и правилам жизни.

Детский сад – первое дисциплинарное социальное пространство, в которое входит ребенок.





В детском саду ребенку нужно привыкнуть к:

- **новой обстановке** (групповому помещению, спальне, прогулочному участку);
- **новым взрослым людям**, которые будут о нём заботиться;
- **обществу своих сверстников**;
- **новой пище и условиям еды**;

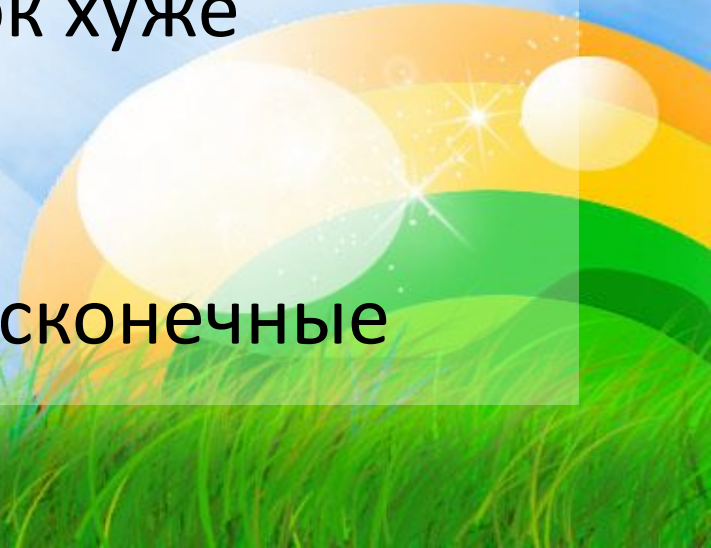
А возможно и к режиму дня, другим правилам.





Периоды адаптации

Острый

- Изменение эмоционального фона: капризы, агрессивное поведение, подавленность, плач;
 - Снижение аппетита;
 - Расстройство сна;
 - Регресс в развитии: ребенок хуже говорит, становится менее самостоятельным;
 - Снижение иммунитета («бесконечные простуды»).
- 



Периоды адаптации

Подострый

- поведение ребёнка нормализуется;
- возвращаются «утерянные» достижения.

Компенсаторный

- темп развития малыша ускоряется: возрастает самостоятельность, активно развивается речь, взаимодействует с взрослыми и детьми. Ребёнку нравится ходить в детский сад.




Сроки адаптации

Сроки адаптации к детскому саду у каждого ребенка индивидуальны.

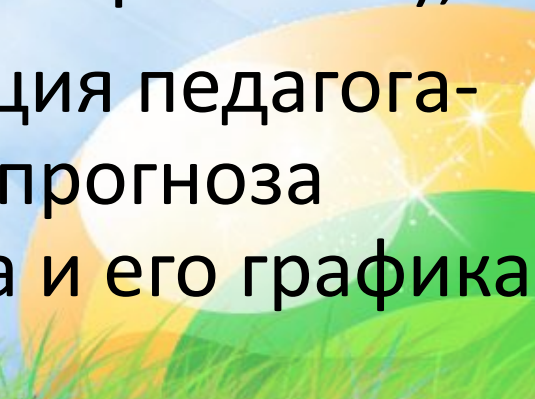
- легкая (1-16 дней),
- средняя (16-32 дня),
- усложненная (32-64 дня и более).





Создание условий для успешной адаптации ребенка в детском саду

Подготовительный этап:

- Родительское собрание;
 - Изучение особенностей развития ребенка в семье (заполнение родителями анкет, написание сочинения о своем ребенке);
 - Индивидуальная консультация педагога-психолога для составления прогноза адаптации каждого ребенка и его графика вхождения в группу.
- 



Что можете сделать ВЫ:

Создавайте у ребенка положительную установку на детский сад:

- Подробно и правдиво расскажите малышу про детский сад (что ему может быть там интересно, чему он сможет научиться);
- С гордостью расскажите друзьям и родственникам, что ваш малыш стал большим и скоро пойдет в детский сад.
- Чаще гуляйте около детского сада.
- Играйте с ребенком в игры, читайте книги и смотрите мультфильмы о детском саде.

Некоторые книги для подготовки ребенка к детскому саду






Некоторые мультфильмы о детском саде:

- «Свинка Пеппа. Детский сад», сезон 1, серия №6
- «Три котёнка - Пойдём в детский сад»
- «Про Веру и Анфису»
- «Дед мороз и лето»
- «Как Петя Пяточкин учился слоников считать»
- «Timmy time» - как барашек Тимми ходил в детский сад
- «Каприз» (о маленьком мальчике, который не хотел идти в детский сад).

Смотрите мультфильмы вместе с малышом для возможных разъяснений столько раз, сколько нужно ребенку

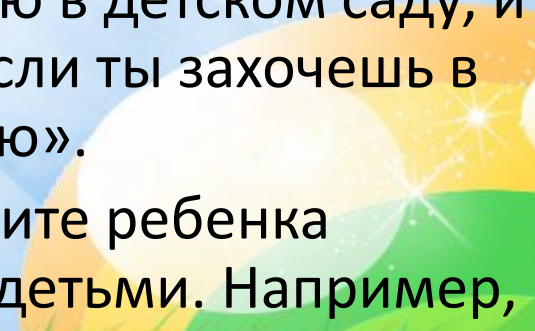
Помните о быстром формировании экранной и гаджет зависимостей у детей!





Что можете сделать ВЫ:

Формируйте у ребенка чувство уверенности в окружающем:

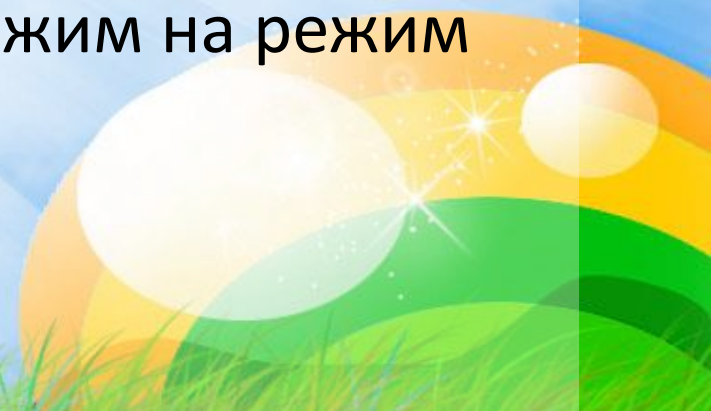
- Расширяйте круг общения ребенка: со сверстниками и взрослыми.
 - Учите ребенка выражать свои чувства и желания с учетом общепринятых правил. Обговорите, к кому он сможет обратиться за помощью в детском саду, и как он это сделает. Например: «Если ты захочешь в туалет, скажи об этом воспитателю».
 - Личным примером и словесно учите ребенка общаться, знакомится с другими детьми. Например, «Если хочешь поиграть с девочкой, подойди и спроси: «Как тебя зовут?»».
- 




Что можете сделать ВЫ:

Формируйте у ребенка режим дня, гигиенические умения и навыки.

- Отучите ребенка от груди, соски, подгузников.
- Научите малыша пользоваться горшком, самостоятельно есть, одеваться и т.п
- Сделайте режим дня дома похожим на режим дня детского сада.





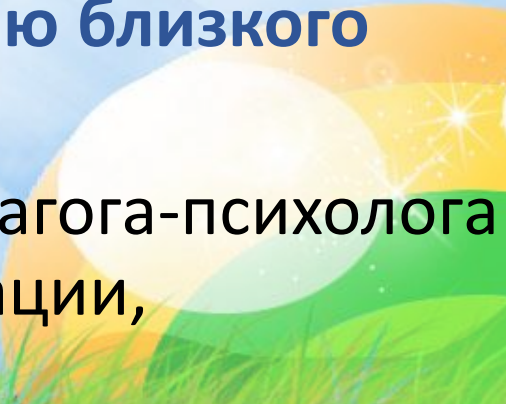
Период вхождения ребенка в группу

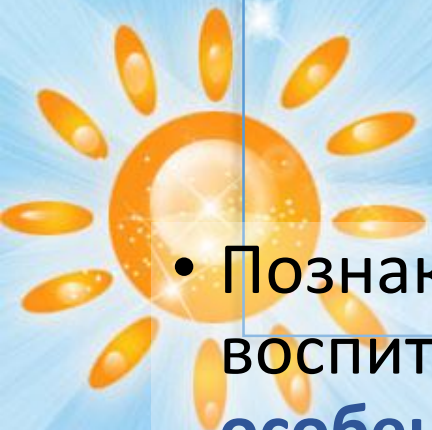
- **Индивидуальный и постепенный;**

Первую неделю мы просим вас приходить в период с 9.00ч. до 12.00ч., накормив ребёнка дома завтраком,

Вторую неделю мы предложим ребёнку попробовать обедать в группе и, возможно, к концу недели – спать.

Третью и четвёртую недели просим забирать ребёнка вскоре после дневного сна.

- **Облегчен благодаря присутствию близкого значимого взрослого - мамы;**
 - **Контролируется** со стороны педагога-психолога через заполнение листов адаптации, проведение ООД.
- 



Что можете сделать Вы:

- Познакомьтесь с воспитателями и помощником воспитателя, **расскажите им об индивидуальных особенностях ребенка.**
- Ведите себя максимально спокойно. Малыш должен понять, что детский сад - это неизбежность. Говорите ребенку о своих и его чувствах. **Первое время водить ребенка в детский сад может папа.**
- Выработайте **короткий** ритуал прощания (поцелуй, словесное прощание «пока-пока»). Приготовьте ребенку сюрприз, который он найдет в шкафчике, когда придет в детский сад. **Сократите «сцену прощания».**



Что можете сделать Вы:

- Всегда забирайте ребенка в то время, о котором договорились заранее (после прогулки, обеда). Не спешите выходить на работу – Ваш ребенок нуждается в Вас!
- Создайте спокойную и доброжелательную обстановку в семье, в выходные дни соблюдайте такой же режим, как в детском саду. **Ограничьте поток новых впечатлений** (походы в гости, шумные места) – их ребенку и так хватает.
- Дома продолжайте играть «в детский сад». В игре ребенок покажет вам, с какими проблемами он сталкивается, а вы предложите пути их решения.



Важно!

- Всегда приводить ребенка в детский сад здоровым;
- Сотрудничать с персоналом детского сада;
- Исключить запугивания ребенка **детским садом.**

Проблемы адаптации ребенка в детском саду могут возобновиться после праздника, каникул, болезни, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств.



**Желаем вам успешной
адаптации
к детскому саду!**

Контактная информация:

48-74-00 – заведующий;

48-72-74 – медицинская сестра, старшие
воспитатели, педагог-психолог;

48-72-80 – бухгалтерия; телефон-факс.

Сайт детского сада: <http://mdou221.edu.yar.ru/>