

УЛЫБКА РЕБЕНКА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Привыкание малыша к новой обстановке зависит от того, как взрослые смогут подготовить малыша к этому периоду.

Для успешного прохождения процесса адаптации родителям рекомендуется больше играть. Игра – самый лучший антистрессовый метод для детей дошкольного возраста. Нужно поиграть с ребёнком. Игра позволяет расслабиться. При этом следует помнить, что вечерняя игра не должна быть шумной, с беготнёй и криками.

- Сформировать стереотипы поведения ребёнка, близкие к распорядку дня детского сада; желательно, чтобы ребёнок умел самостоятельно кушать, одеваться, раздеваться.

- Желательно вместе с ребёнком познакомиться с будущими воспитателями, рассказать им о ребёнке, о его интересах, склонностях, с чем он может играть самостоятельно.

- В первые дни желательно посещать группу по 2-3 часа, далее, в зависимости от самочувствия ребёнка, время пребывания в детском саду можно постепенно увеличить.

- Целесообразно в первые дни приводить ребёнка только на прогулку. На прогулке легче ориентироваться в окружающем, легче познакомиться с детьми, воспитателем, так как условия здесь напоминают условия домашнего двора.

- Способствовать созданию у ребёнка позитивного образа воспитателя. Ребёнку можно говорить: «Какая добрая Ольга Николаевна. Она кормит рыбок» и т.п.

- Придя в детский сад, вместе с ребёнком можно подойти к игровому уголку, чтобы рассмотреть игрушки.

- Родители помогают ребёнку быстрее освоиться, поддерживая его интерес к окружающему: «Как мне здесь нравится, какие забавные игрушки».

- Для формирования у ребёнка чувства защищённости и снижения напряжения родители могут говорить ему: «Всё будет в порядке, я обязательно за тобой приду, ты в безопасности, я люблю тебя». Ребёнок может принести свою любимую игрушку. Это создаст для ребёнка фон уверенности, обеспечит психологический комфорт.

Можно приводить ребёнка и на вечернюю прогулку для того, чтобы обратить его внимание на то, как родители приходят за детьми, как они радостно встречаются, как забирают ребёнка домой, как дети прощаются друг с другом, договариваются о завтрашней встрече.

Кроме этого, важно

- С ребёнком должен приходиться тот из членов семьи, от которого ребёнок уходит спокойнее.

- В период адаптации относиться к ребёнку бережнее и внимательнее, ласково общаться с ним, т.к. в это время ему требуется эмоциональная поддержка.