

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №145»

Консультация для родителей на тему:

«Первый раз в детский сад».

Подготовила: воспитатель

Бражникова Т.С.

Барнаул 2024

## Первый раз в детский сад: золотые правила адаптации.

Каждому ребенку необходимо общество детей его возраста — это доказанный факт. Воспитание в коллективе вырабатывает у малыша самостоятельность, внимание окружающим, а также умение жить в коллективе. Для того чтобы знакомство с детским садом прошло гладко и позитивно для ребенка, есть несколько простых, но действенных правил для смягчения процесса адаптации.

Запомните их, и тогда об этом периоде в жизни ребенка и у него, и у вас останутся только приятные воспоминания:

### 1. Когда ложь - совсем не "во спасение"!

Ребенок идет не «на экскурсию» и не «на работу к маме». Малыш четко и ясно должен понимать, куда он идет, зачем и на какое время. Ведь если он поймет, что вы его обманули в данном вопросе, то веру в то, что вы заберете его домой, он может также потерять. А боязнь остаться одному — один из самых серьезных детских страхов, ведущих к неприятным последствиям.

### 2. Репетируем режим.

Заблаговременно до начала посещения детского сада синхронизируйте режим ребенка с тем, который будет в дошкольном учреждении. Хотя бы приблизительно: пусть он пробует кушать в одно и то же время сам, соблюдать режим дневного сна также желательно.

### 3. Опасения, высказанные ребенку, - не лучший вариант при адаптации к садiku.

Все тревоги и сомнения держите при себе, а они обязательно будут — это естественно. Не говорите о них ребенку и около ребенка с воспитателем или еще кем-либо. Если ребенок почувствует хоть малую толику ваших колебаний и опасений, никакие уговоры результатов не принесут.

### 4. Шаг за шагом.

В первый раз оставляйте ребенка в саду не более чем на два-три часа. Недопустимо отдавать малыша сразу на весь день в садике. Есть, конечно, исключения, но основная часть детей лучше адаптируется именно благодаря методу постепенной адаптации.

### 5. Доверие и ласка.

Расставаясь на день, обязательно заверьте ребенка в том, что вы непременно придете за ним, и постоянно повторяйте, что вы его любите. Убедитесь в том, что он вас не только слушал, но и слышал!

## 6. Долгие проводы - лишние слезы.

Прощайтесь с ребенком легко и, главное, быстро. Не затягивайте с этим процессом и не делайте из него ритуал. Длительное прощание с обеспокоенным выражением лица не вызовет у ребенка ничего иного, как тревогу и панику.

### . Если ассоциации, то только положительные.

Плановые прививки, посещение стоматолога и другие не очень приятные медицинские процедуры, травмирующие детскую психику, отложите до лучших времен. Период адаптации к садику - не лучшее время для данных мероприятий.

### . Будьте снисходительны.

Плохое поведение и капризы — это, зачастую, издержки процесса адаптации. Нужно понимать, что капризничает и упрямится вовсе не ребенок, а его подсознательное неприятие ситуации. Это временно.

### Детский сад - это не наказание, а радость общения и новые открытия.

Ни в коем случае не говорите ребенку ничего типа "не будешь слушаться, отведу тебя в детский сад".

### . Вовлеките бабушек и дедушек в процесс.

Если ребенок очень привязан к маме, пусть первое время его отводит другой член семьи. В идеале - бабушка или дедушка, которые живут отдельно. Тогда расставание воспринимается не так болезненно.

### . В детский сад, как на праздник!

Устройте ребенку настоящий праздник в день первого посещения садика: купите ему что-нибудь особенное в честь того, что он уже большой. Пусть почувствует всю значимость события!

