

## Консультация для родителей

### «Четыре ошибки родителей при адаптации ребенка в детском саду»

Методист МБДОУ «Детский сад № 1» г.о. Самара

Соколова Л. А.

Ваш малыш идет этой осенью в детский сад? Если так, вам наверняка хочется, чтобы ребенок как можно спокойнее принял перемены в своей жизни, ладил с воспитателями и другими детьми и каждое утро шел в садик с радостью и без капризов.

Но, к сожалению, нередко родители ведут себя не совсем правильно и невольно мешают малышу адаптироваться к детскому саду. Как это происходит и как избежать ошибок?

Давайте остановимся на самых распространенных родительских ошибках, из-за которых у малышей, как правило, формируется негативное отношение к садику, рождаются страхи и тревоги, и, что самое главное, адаптация затягивается на долгие месяцы. Об этих ошибках важно знать, чтобы их не совершать и не навредить своему малышу.

В ПЕРВОМ детском саду так много интересного, что, когда дети попадают к нам впервые, родителям трудно увести их домой. Поэтому в большинстве случаев в первый день они легко расстаются с родителями и остаются в садике. Малыши смело отходят от мам и увлекаются новыми игрушками и общением с детьми. Скорее всего, они уже слышали от родителей, что они останутся поиграть в группе. Но в их представлении мама или папа ждут их в коридоре. У детей еще не было опыта пребывания в саду без родителей, и именно поэтому на второй и третий день они могут идти в садик с сопротивлением.

И вот здесь родители совершают свою **Первую ошибку!**

Мама очень рада, что ребенок увлекся игрой, и тихонечко, чтобы его «не испугать», сбегает, **не попрощавшись с ребенком и не сообщив ему, что уходит.** Теперь представьте себе, что чувствует маленький ребенок, мама которого вдруг исчезла непонятно куда, не попрощавшись, и неизвестно, когда она придет и придет ли вообще. Это для ребенка все равно, что потеряться в огромном супермаркете.



И даже если 10 самых добрых воспитателей будут успокаивать малыша и предлагать ему игрушки, он будет ужасно напуган, охвачен страхом и тревогой.



**Вывод 1: даже если вы много раз рассказывали ребенку, что в садике он станется один, без мамы, никогда не уходите незаметно!**



У ребенка возникает ощущение, что теперь мама может внезапно исчезнуть в любой момент его жизни, не предупредив и не попрощавшись с ним, то есть он может маму попросту потерять. И он буквально «прилепляется» к ней и психологически и физически на долгие месяцы, боясь упустить ее из виду. Во многих случаях садик просто приходится отложить как минимум на полгода, потому что ребенок впадает в истерику при малейшем упоминании о садике, не говоря уже о том, чтобы туда идти.

### **Вторая ошибка!**

Некоторые родители считают, что ребенка лучше сразу же оставить на полдня или целый день, чтобы он быстрее привыкал к детям и воспитателю. Это и является следующей родительской ошибкой.

**Посещение садика нужно начинать постепенно.** Есть разные схемы посещения, которых рекомендуют придерживаться психологи. Общая идея такая: сначала приходить и гулять на той же детской площадке, на которой гуляет группа, затем приводить ребенка в группу на 30 минут — 1 час во время свободной игровой деятельности и ждать ребенка в коридоре и затем забирать. Постепенно ребенок привыкает и к детям, и к воспитателю, и к окружающей обстановке. Затем его можно оставить одного на 1-2 часа, затем с утра и до обеда, затем с обедом, затем забрать уже после прогулки. Через некоторое время оставить на обед и забрать, затем — оставить на дневной сон и забрать. Затем уже оставлять на целый день. Нет четких рекомендаций, сколько времени должен длиться каждый этап. Нужно смотреть по самочувствию ребенка и на свою родительскую интуицию.



**Вывод: планируйте заранее время на адаптацию ребенка!**

### **Третья ошибка!**

Многие родители не задумываются о том, насколько режим дня ребенка сегодня соответствует тому режиму дня, которого нужно будет придерживаться, когда начнется детский сад. Ребенку, который привык ложиться спать после 22.00, крайне сложно будет просыпаться в 7 утра. А в садик, как правило, нужно вставать очень рано. Вспомните, как вы сами чувствуете себя, когда не выспались? А для малыша, оказавшегося в новом месте с утра пораньше и без близких ему людей это просто катастрофа! Он трет глазки, капризничает, сам не понимает, чего хочет, становится плаксивым. Детей, которых родители заранее не перевели на детсадовский режим дня, сразу видно в группе по утрам в первые дни. Они сонные,



плаксивые и раздражительные, болезненно воспринимают все, что происходит вокруг.

То, как ребенок чувствует себя в первые дни в детском саду, накладывает отпечаток на все его последующее отношение к этому месту. Вспомните: «У вас никогда не будет второго шанса произвести первое впечатление». Это в полной мере относится и к детскому саду. Чтобы первый опыт ребенка в детском саду был окрашен позитивными красками, не

поленитесь заранее перевести вашего малыша на правильный режим. Тогда он сможет просыпаться легко и идти в группу в хорошем настроении!



**Вывод: за 2-3 недели до прихода в детский сад постепенно переведите ребенка на режим детского сада!**

#### **Четвертая ошибка!**

Эта ошибка отчасти перекликается с предыдущей. Так как родителям жалко будить малыша и хочется, чтобы он поспал как можно дольше, его будят практически «впритык» ко времени выхода в садик. В итоге, сборы получаются нервные, поспешные, у мамы нет времени дать малышу внимание и нежность, которые ему необходимы, особенно когда он еще нежится в постельке. Ребенок только и слышит: «*Давай скорее*», «*Давай быстрее*», «*Опаздываем в садик*», «*Потом поговорим*» и т. д. Часто малыш с утра еще не может хорошо соображать и мама раздражается, повышает голос и все утро получается сумбурным и конфликтным. Настроение испорчено у всех, и ребенок отправляется в садик в расстроенных чувствах, как и мама, у которой уже нет моральных сил на добрые напутственные слова.



**Вывод: просыпайтесь сами и будите малыша заранее, чтобы у вас было достаточно времени на неспешные сборы и внимание малышу.**

Пока он в постели – сделайте ему массаж, погладьте ножки и головку, пощекочите и поцелуйте его. Все это так важно для хорошего настроения у вас обоих!



Выходите в садик заблаговременно, чтобы по дороге вы могли настроить вашего ребенка на позитивный лад! А мы с нетерпением ждем вас в нашем ПЕРВОМ! Легкой всем адаптации!

