

Страничка педагога-психолога

За два месяца до детского сада



Адаптация – это приспособление организма и личности к новой обстановке, включающее широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Легче всего проходит адаптация у детей,

- чьи родители готовили их к посещению сада заранее (читали сказочные истории про детский сад, гуляли возле детского сада...);
- физически здоровых, т.е. не имеющих хронических заболеваний (в этот период все силы ребенка напряжены, и можно направить на привыкание к саду, не тратя время на борьбу с болезнью);
- имеющих навыки самостоятельности (не надо тратить силы ребенка еще и на обучение всему необходимому);
- чей режим близок к режиму сада (это режим дня, сон, питание);
- чей рацион питания приближен к детскому саду.

Подготовку следует начинать за 1-2 месяца до приема ребенка в детский сад. Задача этого этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно приобщиться к новым для него условиям:

- необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.
- ребенок, умеющий есть, самостоятельно одеваться и раздеваться, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии.
- умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – скоро он сможет ходить сюда. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.

Подробно расскажите ребенку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребенок, когда пойдет в сад.

*Терпения Вам и мудрости!
У Вас обязательно всё получится!*

