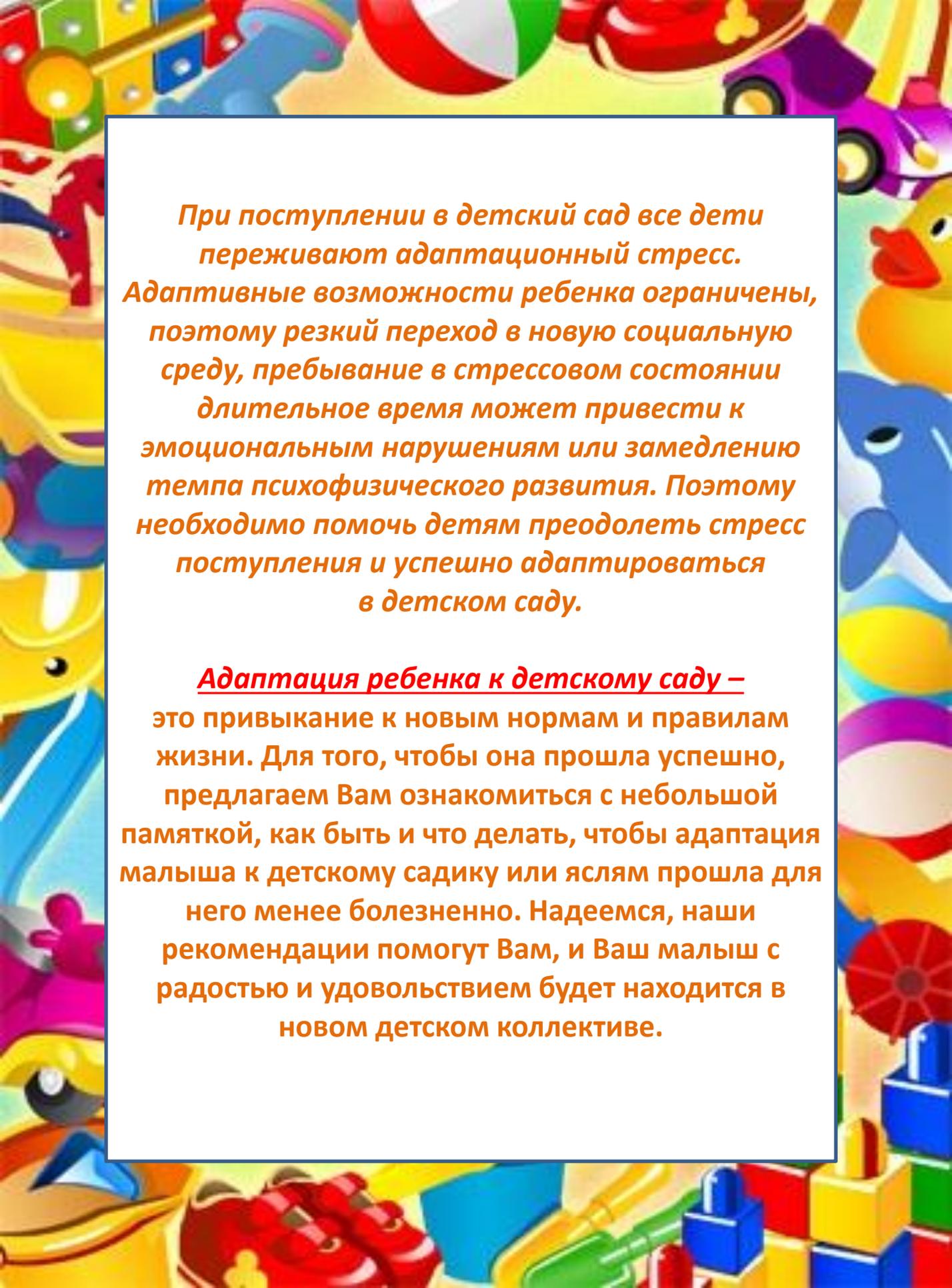


**«Адаптация детей
к детскому саду»**

**РОДИТЕЛЯМ
НА ЗАМЕТКУ**





При поступлении в детский сад все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход в новую социальную среду, пребывание в стрессовом состоянии длительное время может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Поэтому необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в детском саду.

Адаптация ребенка к детскому саду –
это привыкание к новым нормам и правилам жизни. Для того, чтобы она прошла успешно, предлагаем Вам ознакомиться с небольшой памяткой, как быть и что делать, чтобы адаптация малыша к детскому садик или яслям прошла для него менее болезненно. Надеемся, наши рекомендации помогут Вам, и Ваш малыш с радостью и удовольствием будет находится в новом детском коллективе.



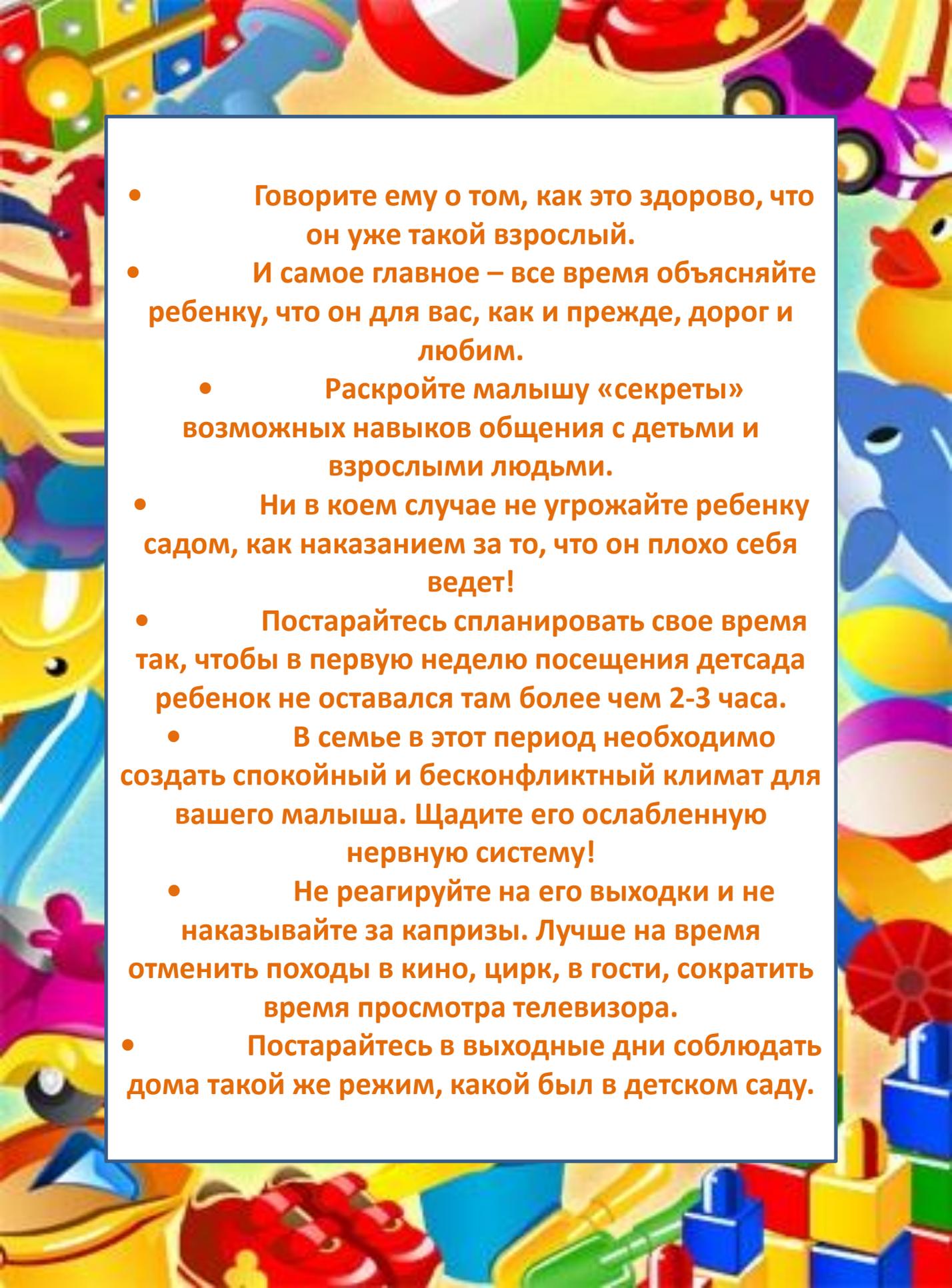
Общие рекомендации и требования для родителей

1. Желательно приводить ребенка в детский сад не позднее 8.45.
2. Заранее узнайте номера телефонов детского сада и в случае болезни ребенка или опоздания не забудьте позвонить в детский сад и предупредить персонал.
3. После болезни следует представлять справку от врача. Отсутствие ребенка более чем 3 дней (включая выходные дни) требует также справки из поликлиники о состоянии здоровья.



Рекомендации родителям по вопросам подготовки ребенка к посещению детского сада:

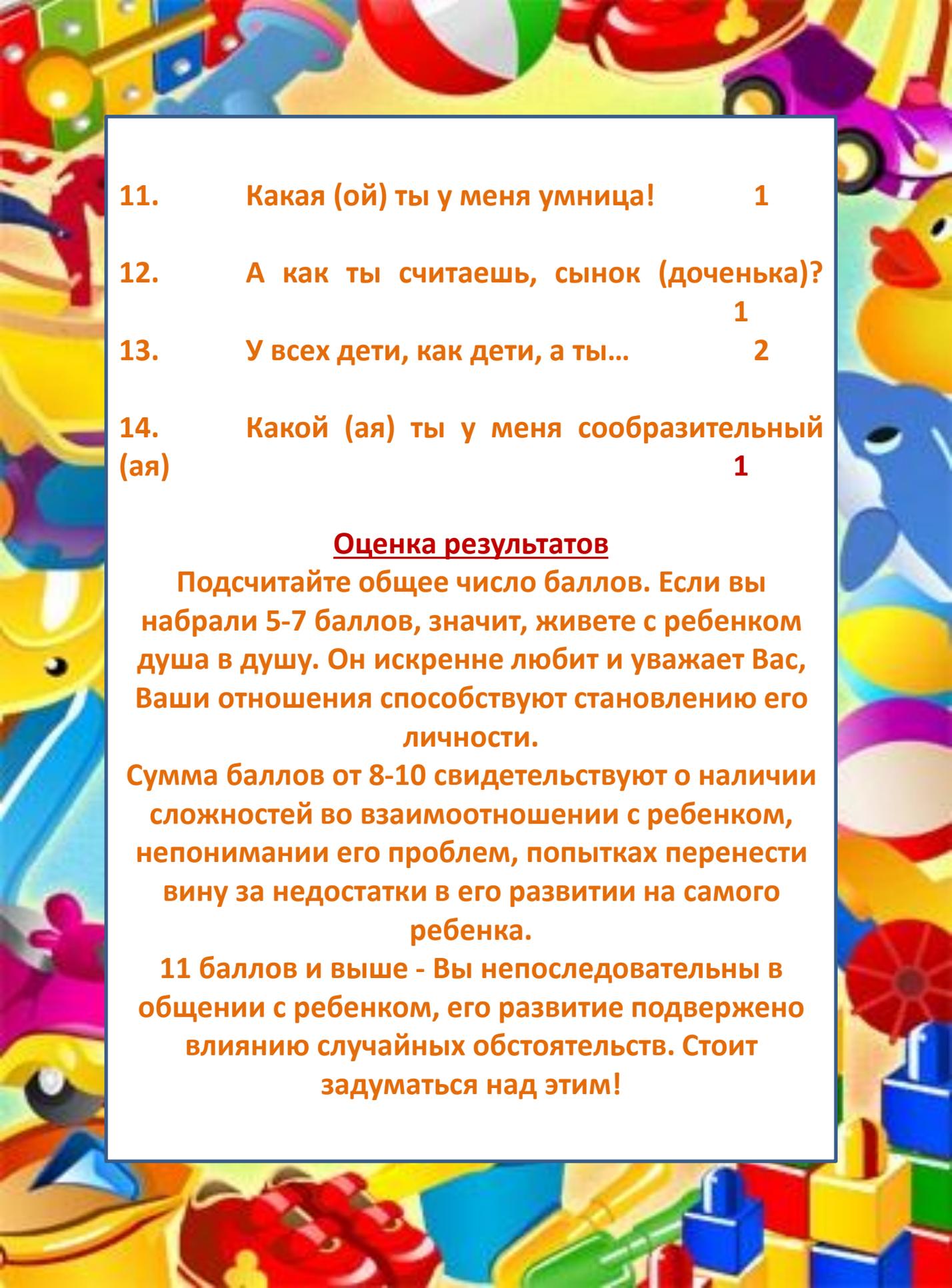
- Ни в коем случае не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- Не показывайте ему, что вы волнуетесь, боитесь или в чем-то не уверены. Дети в этом возрасте крайне чувствительны к малейшим нюансам нашего настроения легко «считывают» эмоции близких, особенно матери, как бы она не старалась скрыть свое состояние за улыбкой или словами.
- Узнайте заранее все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка заранее, пока он находится дома.
- Как можно раньше познакомьте малыша с детьми в детском саду и воспитателями в группе, куда он в скором времени придет. Очень хорошо, если в группе окажутся дети, с которыми ваш ребенок уже играл раньше, например во дворе.
 - Настраивайте ребенка как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
- Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому что он уже большой.

- 
- **Говорите ему о том, как это здорово, что он уже такой взрослый.**
 - **И самое главное – все время объясняйте ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим.**
 - **Раскройте малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.**
 - **Ни в коем случае не угрожайте ребенку садом, как наказанием за то, что он плохо себя ведет!**
 - **Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в первую неделю посещения детсада ребенок не оставался там более чем 2-3 часа.**
 - **В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему!**
 - **Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на время отменить походы в кино, цирк, в гости, сократить время просмотра телевизора.**
 - **Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, какой был в детском саду.**

«Какой Вы родитель?»

Уважаемые мамы и папы! Кому не хочется получить ответ на вопрос: «Какой вы родитель?» Именно поэтому мы предлагаем Вам тест - игру. Отметьте те вопросы и фразы, которые Вы часто употребляете в общении с детьми.

Вопросы и фразы	Баллы
1. Сколько раз тебе повторять?	2
2. Посоветуй мне, пожалуйста.	1
3. Не знаю, что бы я без тебя делала.	1
4. И в кого ты такой уродился?!	2
5. Какие у тебя замечательные друзья!	1
6. Ну, на кого ты похож (а)?	2
7. Я в твои годы!	2
8. Ты моя опора и помощник (ца).	1
9. Ну, что за друзья у тебя?	2
10. О чем ты только думаешь?!	2

- 
11. Какая (ой) ты у меня умница! 1
12. А как ты считаешь, сынок (доченька)? 1
13. У всех дети, как дети, а ты... 2
14. Какой (ая) ты у меня сообразительный (ая) 1

Оценка результатов

Подсчитайте общее число баллов. Если вы набрали 5-7 баллов, значит, живете с ребенком душа в душу. Он искренне любит и уважает Вас, Ваши отношения способствуют становлению его личности.

Сумма баллов от 8-10 свидетельствуют о наличии сложностей во взаимоотношении с ребенком, непонимании его проблем, попытках перенести вину за недостатки в его развитии на самого ребенка.

11 баллов и выше - Вы непоследовательны в общении с ребенком, его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств. Стоит задуматься над этим!

Поиграйте со своими детьми

«Подуй на шарик, подуй на вертушку»

Цель: формирование эмоционального контакта, доверия к окружающему миру, взрослым

Организация: фронтальная

Материал: воздушный шарик, вертушка.

Ход игры.

На уровне лица детей подвешиваются воздушные шарик, а перед ними на стол кладут вертушки. Взрослый показывает, как надо дуть на воздушный шарик, чтобы он высоко взлетал, и предлагает ребенку повторить его действия. Затем взрослый дует на вертушку, чтобы она закружилась.

«Кто в кулачке?»

Ход игры. Взрослый раскрывает кисти рук и шевелит пальцами. Затем плотно сжимает кулаки таким образом, чтобы большие пальцы оказались внутри. Показывает ребенку несколько раз, как это сделать, и просит его повторить. Возможно, придется помочь ему убрать большой палец в кулак.



Читает стишок и вместе с ребенком выполняет движения.

Кто залез ко мне в кулачок?

Это, может быть, сверчок? (Сжать пальцы в кулак.)

Ну-ка, ну-ка, вылезай!

Это пальчик? Ай-ай-ай! (Выставить вперед большой палец.)

«Соберем игрушки»

Ход игры. Пригласите ребенка помочь вам собрать разбросанные игрушки, в которые он играл. Сядьте рядом с малышом, дайте в руки игрушку и вместе с ним положите ее в коробку. Затем дайте другую игрушку и попросите самостоятельно положить ее в коробку. Пока вы складываете игрушки, напевайте что-нибудь вроде: «Мы игрушки собираем, мы игрушки собираем! Тра-ля-ля, тра-ля-ля, их на место убираем».





© Krasivayamama.baby.ru



«Мяч»

Ход игры. Ребенок изображает мяч, прыгает на месте, а взрослый, положив на его голову ладонь, приговаривает: «Друг веселый, мячик мой. Всюду, всюду он со мной! Раз, два, три, четыре, пять. Хорошо мне с ним играть!» После этого «мячик» убегает, а взрослый ловит его.

«Прячем мишку»

Ход игры. Взрослый прячет знакомую ребенку большую игрушку (например, медведя) так, чтобы она немного была видна. Говоря: «Где мишка?», ищет его вместе с ребенком. Когда малыш найдет игрушку, взрослый прячет ее так, чтобы искать было сложнее. После игры с мишкой прячется сам взрослый, громко произнося «ку-ку!» Когда ребенок найдет его, он перебегает и прячется в другом месте. В конце игры взрослый предлагает спрятаться ребенку.



**Желаем легкой
адаптации
вашим детям!**

