

## Что такое адаптация к детскому саду

**Адаптация ребенка к детскому саду** — это способность малыша принять новую среду, новые условия жизни и новое окружение. Ребенок сталкивается с рядом изменений:

- рядом с ним не находятся постоянно мама, папа или другие близкие люди;
- ему приходится быть рядом с другими детьми;
- нужно слушаться воспитателя, чужих взрослых;
- от него требуют соблюдать распорядок дня детского сада;
- личностное общение воспитателя с ним недолгое, воспитатели общаются одновременно со всей группой ребятишек

### Советы родителям по адаптации ребенка к детскому саду:

1. Подготовьтесь к саду. Расскажите ребенку, зачем ходят в садик, что там делают.

Расскажите о игрушках, занятиях, новых друзьях. Обязательно объясните, как вести себя, если захотелось в туалет на прогулке, что делать, если малыша обидели, если он ударился или испачкался. Страх — в незнании. Когда ребенок знает, что его ждет, ему не так страшно.

2. Будьте позитивны. Будьте готовы отпустить ребенка, доверить его чужим людям.

Расставайтесь с малышом спокойно, с любовью, а не слезами на глазах и трепещущим сердцем. Не ругайте в присутствии ребенка ни садик, ни воспитателей.

3. Создайте ритуалы, поддерживайте их. Однообразие, известных ход событий очень успокаивают. Найдите со своим малышом свои ритуалы: как вы прощаетесь, обнимаете, целуете, что говорите. Как вы встречаетесь, что говорите и что делаете при встрече.

4. Не говорите малышу грубостей. Никогда не срывайтесь на ребенке, не угрожайте ему тем, что оставите в саду и не придете за ним, если он не будет плакать. Сдерживайте себя, ваша злоба и

несдержанность — опасные зерна. Ваша любовь и терпение это то, что даст плоды любви и благодарности в будущем.

5. Понимайте малыша. Жалейте его, поймите, как ему нелегко в этот период. Уделяйте ему

больше внимания и ласки, и не перегружайте дополнительными занятиями, кружками и прочими развивающими занятиями.

6. Будьте ответственны за свое решение. Не нужно ждать, что ваш ребенок легко и без проблем пойдет в садик. Будут слезы, будут негативные эмоции. Этого не нужно бояться.

Важно понимать, для чего вы это делаете. Помогите ребенку пройти этот непростой период, поддерживайте его, дайте понять, что видите, как ему трудно, но он такой молодец, так хорошо справляется.

