



Адаптация ребёнка к детскому саду

Составитель: педагог—психолог МБДОУ «Детский сада «Родничок» Карпова О.Н.

Приучайте ребёнка к длительному отсутствию родственников

* После того как вы убедитесь, что в вашем присутствии ребёнок спокойно общается с другими взрослыми, можно попробовать оставлять его с кем-то из знакомых уже без вас. На роль временной няни лучше всего подойдет ваша подруга или бабушка (при условии, что ранее она проводила с внуком немного времени). Для начала достаточно оставить ребенка на час-другой, постепенно время можно

увеличивать.

* Всегда говорите малышу, когда именно вы вернетесь. Например, после того как ребёнок поспит и поест. Так ребенку будет легче вас ждать. Обязательно выполняйте данное обещание. Таким образом, малыш

будет понимать, что ваше временное отсутствие - вовсе не катастрофа, и что вы всегда вернетесь за ним.



Подготовьте ребенка морально.

Готовьте его к временной разлуке с вами и давайте ему понять, что это неизбежно, потому что он уже большой. Говорите о том, как здорово, что он уже взрослый. И самое главное- все время объясняйте ребенку, что он для вас как и прежде, дорог и любим.

Рассказывайте ребенку, что и когда именно он будет делать в садике, и чем вы будете заниматься на работе. Объясняйте ему, что мама всегда придет за ним вечером.

Играйте в садик: приводите в «садик», оставляйте его одного, а

потом покажите на часы и скажите:

«Вот и время пришло, сейчас пойду своего



Советы по подготовке ребенка к детскому саду:

Переведите ребенка на четкий режим дня

© Ребёнку будет проще соблюдать режим в садике, если он последнее время жил по такому же режиму. То, что для него будет вполне естественно, не будет вызывать дополнительных трудностей. Узнайте заранее режим дня в садике, куда вы планируете отдать ребенка.

Примерный режим

7:00 - 8:30- прием детей

8.30-8.00 завтрак

10:30- прогулка, занятия

12:00 (или 12:30)- обед

13:00- 15:00- дневной сон

15:30- полдник

16:00-18:30 -игры, прогулка; родители