

Консультация для родителей

Адаптация детей к условиям ДОО в младшей группе.

Адаптация — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Как подготовить ребенка к посещению ДОО.

Нужно заранее рассказать ребенку о том, что такое детский сад, зачем туда ходят дети. Что интересного его ждет при посещении детского сада. Например: “Детский сад - это такой красивый, большой дом, куда ходят дети, пока мамы и папы работают, Утром их приводят в детский сад, а вечером забирают. В нем много игрушек, добрые воспитатели, которые играют с ними, рассказывают и читают сказки. В садик ходят дети, с которыми ты будешь играть, там много разных игрушек. В садике очень интересно и весело”. Можно использовать рассказы из своей жизни, о том, как вы ходили в детский сад.

Как подготовить ребенка к расставанию с мамой. Можно оставлять ненадолго с другими родственниками. При этом подчеркивая, что мама ушла по делам и обязательно придет. Построить режим дня, приближенный к режиму дня детского сада. Делать это надо не за несколько дней до начала посещения ДОО., а как минимум за 1,5, 2 недели. (7:30 – подъем, умывание, одевание; 8:10 – крайнее время для прихода в сад; 8:30 – завтрак, 10:30 – прогулка, 11:30 – возвращение с прогулки, 11:45 – обед, 12:30 – 15:00 – дневной сон, 15:30 – полдник, 17.30 – ужин. Для того чтобы легко встать утром, лучше лечь не позже 20:30.)

Рацион питания так же должен быть приближен к меню ДОО. Если ребенок видит на тарелке более-менее привычную пищу, он быстрее начинает кушать в саду, а еда и питье – это залог более уравновешенного состояния. Основу рациона составляют каши, творожные запеканки и сырники, омлет, различные котлеты (мясные, куриные и рыбные), тушеные овощи и, конечно супы.

Приучение к самостоятельности – создайте условия, чтобы он мог самостоятельно одеваться и умываться. Для этого посмотрите, чтобы его одежда была удобна для самостоятельного одевания – не было много пуговиц и завязок. Кроме этого, приучайте ребенка при раздевании аккуратно складывать вещи, для этого можно поставить рядом с кроваткой стульчик, на который он будет вешать свою одежду. Также проследите, чтобы все, чем пользуется ребенок, зубная щетка, одежда, обувь, находилась так, чтобы ребенок мог самостоятельно ее достать. Стимулируйте ребенка к самостоятельности: одно одели вместе, другое он сам.

Выработка культурно-гигиенических навыков – мытье рук, вытирание рук и лица, пользование индивидуальными предметами гигиены (носовой платок, полотенце), опрятно есть.

У детей до 3-х лет только формируется умение общаться со сверстниками, совместно играть с ними, в этом возрасте взаимодействие со сверстниками идет не вместе, а рядом, параллельно. Поэтому учитывая, что ребенок, приходя в детский сад, попадает в окружение сверстников, нужно научить ребенка играть в окружении детей.

Для этого посещайте детские площадки, где ребенок может играть с другими детьми, научите его совместно пользоваться игрушками.

При начале посещения ДОО нужно обязательно рассказать воспитателю о привычках ребенка, об особенностях поведения, т. е как можно больше дать информации о ребенке. Не оставлять ребенка первые дни больше, чем на 2-3 часа. Учтите, что дети будут уставать в ДОО не только морально, но и физически, т.к. все это взаимосвязано – поэтому постарайтесь создать дома спокойную обстановку, чтобы ребенок мог находиться в тишине. Избегайте посещений публичных мест, большого скопления людей.

Никогда не говорите при ребенке, даже если вы просто разговариваете с кем-то, а ребенок стоит рядом о том, что ему скоро предстоит идти в детский сад и вы очень этим обеспокоены, как он там будет один, смогут ли ему уделять внимание воспитатели и т.п.

Ни в коем случае родителям не следует делать следующих ошибок:

1. Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

2. Нельзя пугать детским садом («Вот будешь плохо себя вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

3. Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке.

4. Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу предстоит оставаться в садике целый день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день.

