

Дорогие друзья!

Вы приобрели платный материал группы «Я - воспитатель»

Этот комплект предназначен только для личного использования. Его запрещено где-либо выкладывать для всеобщего доступа (сайты, группы вк и т. д.), перепродавать и т. д.

Если у вас появились вопросы, вы можете написать нам сюда:

<https://vk.me/yavosp>

С другими наборами, изготовленными нами, вы можете ознакомиться в следующих источниках:

Сайт «Я — воспитатель»: <https://yavosp.ru/>

Присоединяйтесь к нам в социальных сетях:

Вконтакте: <https://vk.com/yavosp>

Телеграмм: <https://t.me/yavosp>



«Я - воспитатель»



Программы воспитания в дошкольном учреждении предусматривают, что трехлетний ребенок умеет:

- опрятно и самостоятельно есть; тщательно пережевывать пищу; пользоваться салфеткой; не разливать суп; выходить из-за стола только закончив есть;
- закатывать рукава во время умывания; мыть руки и лицо, не обливая одежду; вытирать руки и лицо полотенцем;
- своевременно пользоваться носовым платком; туалетом; причесываться;
- самостоятельно или с незначительной помощью взрослого одеваться, аккуратно складывать одежду;
- утром или после дневного сна помогать взрослым застилать постель.

Перед ребенком, который начал посещать детский сад, возникает проблема изменения уже сформированного поведенческого стереотипа, обусловленная изменением привычных условий жизни и установлением новых социальных связей.

Часть детей входит в новую обстановку почти без проблем, и слезы, вздохи и тяжелая утренняя разлука с родителями продолжаются только в первые несколько дней.

Некоторые переживают негативные эмоции несколько дольше – 3-10 дней. А у других процесс адаптации к детскому саду растягивается на две-три недели.

Это зависит от многих факторов, в том числе от возраста ребенка.



## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

# АДАПТАЦИЯ В ДЕТСКОМ САДУ





### **Совет первый - Неполный день**

Постарайтесь не оставлять ребенка на полный день. Желательно первое время забирать его тогда, когда он еще не устал. Время пребывания в саду увеличивайте постепенно.

### **Совет второй - Личная гигиена**

Целесообразно узнать все правила, которые существуют в садике, особенно те, что касаются личной гигиены. Постарайтесь придерживаться их дома – тогда ребенку легче будет привыкнуть к требованиям садика. Обязательно оставьте в садике запас одежды и белья.

### **Совет три - Еда**

Не приучайте детей к перекусам, а соблюдайте режим питания. Организм ребенка привыкает к перекусам и в саду ему этого может не хватать.

Ест ли ребенок сам или ему нужна помощь? Уверенно пользуется ложкой и вилкой? Обсудите все эти вопросы с воспитателями, чтобы мягко и эффективно ввести ребенка в новый для него мир детского сада.



### **Совет четыре - Сон**

Очень часто родители уверены, что ребенку не нужен дневной сон, ведь дома его не уложишь. В детском саду дети спят, потому что их жизнь гораздо более динамична и насыщена, и после обеда дети просто валяются с ног от усталости.

### **Совет пять - Одежда**

Одежда должна быть удобной и комфортной. Что для вас важнее — чтобы он выглядел самым модным и стильным или, чтобы он не боялся испачкаться и помять одежду? Обратите внимание на удобство застежек. Пусть маленький человек чувствует себя комфортно и свободно.

### **Совет шесть - Игрушки**

Договоритесь с ребенком, что он будет приносить в детский сад только те игрушки, которыми он готов поделиться, а их пропажа или порча не вызовет бурю слез. Помните, во время адаптации лишние потрясения ребенку совсем ни к чему.



### **Совет семь - Расставание**

Расставание с мамой — для всех животрепещущий вопрос. Очень многие дети плачут при расставании. Их приходится долго уговаривать и отвлекать. Воспитатель поможет вам в этом, но в ваших силах сделать расставание менее болезненным. Узнайте, как ребенок чувствует себя в ваше отсутствие. Если он быстро успокаивается, не грустит, то, скорее всего, причина в ритуале расставания. Необходимо придумать или изменить ритуал, чтобы ребенку было легче вас отпустить.

### **Совет восемь —**

#### **Не обманывайте ребенка**

Обман — даже если у вас изменились планы — может стать очень тяжелой правдой для ребенка, поколебать его доверие к вам и свести на нет все усилия по успешной адаптации в саду. Поэтому, если не уверены, сможете ли выполнить свое обещание — лучше забрать ребенка раньше без предупреждения — это станет для него приятным сюрпризом.