

Советы психолога: 6 разговоров о садике

Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: Садик – большой дом для малышей, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают».

Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребяткишек. То есть мама трудится учителем, врачом, менеджером, папа – военным, программистом и т.д., а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым.

Каждый раз, проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми. В его присутствии также можно рассказывать своим собеседникам о том, как гордится новопришедшим дошколёнком.

Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность. Пусть ребёнок не всё запомнит в силу возраста, зато он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон.

Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок может обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми.

Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Наверняка у вас сохранились фотографии с утренников, Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садику.

Занятия с детьми по подготовке к са-

дику

Сюжетно-ролевая игра и прослушивание сказочных историй – любимые развлечения маленьких детей. Поэтому советы психолога часто включают такие пункты, как занятия и сказки для успешной адаптации в детском саду. Цель подобных игр – в непринуждённой форме ознакомить малыша с режимом и правилами детского сада. Заручитесь «поддержкой» детских игрушек – кукол, плюшевых медвежат. Пусть любимая пластиковая подружка станет воспитателем, а плюшевый мишка и робот – детсадовцами, которые только посещают дошкольное учреждение. Причём занятия должны повторять практически весь день будущего дошкольника. То есть плюшевый мишка пришёл в садик, поздоровался с тётей-воспитательницей, поцеловал мамочку на прощание и начал играть с другими ребяткишками. Затем он позавтракал и начал заниматься.

Адаптация ребенка 2-3 лет в ДОУ



Подготовила: Антонова А.А.

Что такое адаптация?

Адаптация—это приспособление ребенка к новой среде и условиям. Такие изменения оказывают влияние на психику любого человека, в том числе и малышей, которые вынуждены приспосабливаться к саду.

К тому же нельзя сбрасывать со счетов изменившиеся жизненные условия, а именно:

- отсутствуют близости мамы с папой и прочие родственники;
- необходимо соблюдать четкий дневной распорядок;
- нужно взаимодействовать с другими детьми;
- уменьшается количество времени, которое уделяется конкретному ребенку (педагог общается одновременно с 15 — 20 малышами);
- малыш вынужден подчиняться требованиям чужих взрослых.

Адаптация ребёнка

Советы родителям

в детском саду



Стрессовое состояние, в котором находятся ребёнок, пытаясь приспособиться к изменившимся условиям, выражается следующими состояниями:



1. нарушенный сон — ребёнок просыпается со слёзками и отказывается засыпать;

2. сниженный аппетит (или его полное отсутствие) — ребёнок не желает пробовать новые блюда;

3. регрессия психологических умений — ребёнок, прежде говорящий, умеющий одеваться, использовать столовые приборы, ходить в горшок, «теряет» подобные навыки;

4. снижение познавательного интереса — малыши не интересуются новыми игрушками, принадлежностями и ровесниками;

5. агрессия или апатия — деятельные дети внезапно снижают активность, а прежде спокойные малыши вызывают агрессию;

6. понижение иммунитета — в период адаптации маленького ребёнка к детскому саду снижается устойчивость к инфекционным заболеваниям.

Как адаптировать ребёнка к детскому саду? 6 полезных умений для детского сада:

Довца:

1. Самостоятельно одеваться и раздеваться. Дети уже должны снимать плашки, носочки, колготки, надевать майку и кофточку, куртку. С застёжками могут возникнуть сложности, однако приучать к ним всё же следует. Для этого можно купить игрушки-шнуровки.
2. Пользоваться ложкой/вилкой. Облегчению привыкания способствует умение орудовать столовыми приборами. Для этого нужно отказаться от поильничков, бутылочек, непроливаек, которые не способствуют скорому взрослению.
3. Проситься и ходить на горшок. Следует избавляться от подгузников уже в полуторагодовалом возрасте, тем более что умение проситься и ходить в ночную ванночку существенно упрощает адаптацию, поскольку ребёнок будет увереннее себя ощущать среди умелых ровесников.
4. Воспринимать разную пищу. Для многих трёхлеток характерна избирательность в пище.
5. Общаться со взрослыми. Довольно часто можно услышать своеобразную речь ребёнка, которая понятна только маме. Некоторые малыши вообще общаются только с родителями, справедливо полагая, что родители всё поймут.
6. Играть с детьми. Чтобы улучшить коммуникативные навыки ребёнка, необходимо почаще вводить его в детский коллектив. Психологи советуют регулярно ходить в гости к семьям с маленькими детьми, гулять на детских площадках, играть в песочнице.