

Что важно сделать до начала посещения ДОО и в период адаптации

1. Проконсультироваться с участковым врачом, насколько тяжелой ожидается адаптация. Проводить назначенные врачом оздоровительные мероприятия.
2. Устранить факторы риска, увеличивающие вероятность тяжелого периода адаптации: скорректировать домашний режим в соответствии с режимом детского сада, расширить круг общения ребенка, начать закаливать ребенка.
3. Начать подготовку к посещению ДОО за 1–2 месяца – тренировать у малыша адаптационный механизм, приучать к самостоятельности и самообслуживанию. Предупредить заранее о предстоящей временной разлуке – чтобы потом это не стало шокирующей новостью.
4. Постоянно говорить ребенку, что его любят и дорожат им. При этом важно, чтобы в семье была благополучная психологическая обстановка.
5. Создать у ребенка положительные ожидания. Рассказать, что детский сад – это место, куда дети приходят играть, там он найдет много новых игрушек и товарищей по играм. Привести в пример старших братьев и сестер, которые уже ходят в детский сад. Не пугать садиком! Нельзя, чтобы он считал посещение детского сада наказанием. Воздержаться от нелестных высказываний в адрес ДОО или воспитателей в присутствии ребенка.
6. Выбрать детский сад по месту жительства, чтобы не возить далеко ребенка и чтобы он мог там встретить знакомых по детской площадке детей.
7. Заранее познакомить ребенка с воспитателями. Рассказать, как общаться с ними, особенно в трудных ситуациях, а также с детьми. Что делать, если его обижают.
8. Сообщить об индивидуальных особенностях ребенка воспитателям и медицинскому работнику ДОО.
9. Не нервничать перед посещением детского сада. Тревога родителей легко считывается детьми.
10. Спрашивать, как прошел день в детском саду – что было на обед, во что играли, что нового рассказала воспитательница?

