

# Алгоритм адаптации ребенка к детскому саду

## Первый день в детском саду

Приведите ребенка в то время, когда воспитанники гуляют на улице. Оставайтесь с ребенком все время, пока дети на прогулке. Разговаривайте с воспитательницей, старайтесь побудить ребенка к самостоятельной игре с детьми. Если вы привели ребенка в группу, а не на прогулку: мама должна быть в свободном доступе для ребенка, не оставляйте малыша, будьте с ним. Пребывание в саду не более 2 часов.

## Первая неделя в детском саду

**Ребёнок находится в детском саду 1 – 3 часа. На сон еще не оставляем.**

### Задачи:

- закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю;
- способствовать эмоциональному восприятию сверстников;
- подробно познакомить с расположением помещений в группе.

**Любая инициатива ребенка остаться на дольше - должна поддерживаться.**

- Хвалите малыша за то, что он пошел в детский сад, радуйтесь вместе со всеми близкими, случившемуся событию!
- Если правила сада позволяют, можно дать ребенку с собой любимую игрушку (не мягкую), чтобы малышу было легче.
- Создавайте положительные эмоции после посещения сада, но с каждым днем уменьшайте интенсивность.
- Правильно реагируйте на чувства ребенка.

Если малыш плачет, не запрещайте и не прерывайте его чувства. Скажите, что вы понимаете, как ему грустно, тяжело без мамы. Пусть почувствует, что вы принимаете его чувства, что они нормальные.



## Вторая-третья неделя в детском саду

**Посещение ребёнком ДОУ в первую половину дня, по желанию остаётся на дневной сон.**

### Задачи:

- приучать ребёнка к приёму пищи в ДОУ (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам);
- привлекать к совместным играм;
- учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу;
- формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.

Теперь договаривайтесь с ребенком о том, чтобы оставлять его в группе до сна, а вы сами тем временем пойдете на работу, по делам и т.п.

- Приходите за ребенком так, чтобы вам приходилось немного подождать, пока закончится обед.
- Хвалите слова за проведенный день в детском саду, внимательно слушайте и сопереживайте ребенку.
- В течение недели говорите ребенку, что дети остаются в детском саду для дневного отдыха (сна), скажите, что скоро и он (ваш малыш) тоже будет оставаться на дневной сон.
- В конце недели договоритесь с ребенком о том, чтобы остаться на дневной сон. Придите забирать ребенка так, чтобы пришлось подождать, пока он проснется.

**В конце недели устройте небольшой праздник «Малыш ходит в детсад уже 2 недели!»**

Далее постепенно увеличивайте продолжительность пребывания настолько, насколько нужно. Старайтесь настойчиво убеждать, договариваться с ребенком, чтобы на это получать его согласие.

**Четвёртая – шестая неделя в детском саду  
Ребёнок посещает детский сад в течение всего дня.**

**Задачи:**

- организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт;
- развивать уверенность ребёнка в себе и своих возможностях, пробуждать активность, самостоятельность, инициативу;
- развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей;
- поощрять соблюдение культурно – гигиенических правил, традиций группы.



**Помните, если малыш пропускает детсад больше, чем на 21 день, вам придется снова пройти все шаги для адаптации.** Возможно, это произойдет несколько быстрее, чем в первый раз, но будьте готовы к очередному «Первый раз в детский сад».

**Каждый ребенок индивидуален. Для каждого период адаптации в саду свой.**

**Рекомендации родителям:**

- Постарайтесь сообщить воспитателям как можно больше об индивидуальных особенностях ребёнка: познавательное и речевое развитие, домашний режим, способы кормления, укладывания спать, любимые игрушки, занятия, особенности игры.
- В период адаптации к ребёнку следует относиться особенно бережно, стараться предупреждать отрицательные эмоции.
- Больше внимания здоровью малыша: лёгкое покраснение зева, небольшой насморк. Лучше предупредить заболевание, так как прогнозировать его тяжесть и возможные осложнения очень трудно.
- Игра – один из лучших антистрессовых приёмов, позволит ребёнку раскрепоститься, расслабиться. Легче всего адаптация протекает у детей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками
- Постарайтесь поддерживать дома спокойную атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы в общении.
- Постепенно формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Во время игр, ухода за ребёнком ведите "параллельный разговор" (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно. Каждый день постарайтесь находить время для индивидуальных игр, занятий с ним.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления. Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: лепите, рисуйте, конструируйте.
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу

Успешной вам адаптации!