

Чек-лист родителей малыша мечтающего о детском саде

Наличие навыков облегчающих адаптационный период:

Навыки самообслуживания:

- ☐ сам ест ложкой, пьёт из чашки;
- ☐ перед едой моет руки;
- ☐ пользуется носовым платком;
- ☐ своевременно просится на горшок;
- ☐ снимает расстёгнутые части одежды;
- ☐ узнаёт свои вещи;
- ☐ совместно со взрослым собирает игрушки;

Навыки общения:

- ☐ речь развита по возрасту;
- ☐ понимает обращенную к нему речь;
- ☐ по просьбе взрослого может оказать помощь;
- ☐ понимает слова «нельзя», «надо»;
- ☐ любит играть с детьми, пытается вступить с ними в контакт;
- ☐ обладает положительным опытом общения с посторонними взрослыми;

Индивидуальные особенности:

- ☐ любит, когда читают книги;
- ☐ рассматривает картинки;
- ☐ любит слушать музыку;
- ☐ любит рисовать, как умеет;

Игровая деятельность:

- ☐ самостоятельно делает несложные поделки из кубиков;
- ☐ повторяет в игре за взрослым увиденные действия;
- ☐ играет с различными предметами, объединяя в одной игре два несложных действия (сажает куклу в коляску и катает);
- ☐ использует в игре предметы - заместители;

Готовимся в поступлению в детский сад:

- Максимально приближаем режим питания и сна к режиму детского сада.
- Учим навыкам самообслуживания.
- Отучаем от «отрицательных привычек» (пустышка, бутылка, укачивание, памперсы и т.д.).
- Рассказываем, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш туда пошёл.
- Формируем навыки общения со сверстниками.
- Легче всего адаптируются малыши, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками.
- Включаем дорогу к детскому саду в маршрут прогулок. Проходя мимо напоминаем, как ему повезло, что он сможет туда ходить.
- Рассказываем подробно о режиме детского сада (что делают дети в детском саду).
- Не обсуждаем в его присутствии волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- Не угрожаем детсадом за непослушание и тем, что оставите его там навсегда.
- Убеждаемся в собственной уверенности в том, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Любые ваши колебания ребёнок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию. **Легче и быстрее** привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
- Придумываем ритуалы прощания.

Как помочь ребенку быстрее привыкнуть к детскому саду?

- Не нервничайте, не показывайте свою тревогу по поводу адаптации ребёнка в детском саду. Он чувствует ваши переживания.
- Помните! На привыкание может потребоваться от месяца до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша.
- Соблюдайте в выходные дни режим детского сада.
- Создайте спокойную бесконфликтную обстановку в семье.
- Прекратите временно посещение с ребёнком людных мест. Поберегите нервную систему малыша.
- Будьте терпимее к его капризам.
- Уделяйте в этот период особенно больше внимания ребенку. Играйте, читайте вместе.
- Не скупитесь на похвалу.
- Интересуйтесь, как прошёл день. (С кем подружился? В какие игры играл? Какая игрушка в саду самая любимая? Что вкусного ел? и т.д. Не задавайте с порога ребёнку вопросы: «Ты плакал? Тебя кто-нибудь обижал?»)
- В адаптационный период нежелательно разрушать привычки малыша, в том числе и «отрицательные», так как это осложнит привыкание.
- Позаботьтесь о том, чтобы вся одежда и обувь малыша были максимально простыми и удобными, без лишних застёжек, завязок.

Малыши и их родители! Успешной вам адаптации!