

В детский сад после летних каникул



Важные рекомендации дает педагог-психолог Наталия Смирнова

Адаптация после летних каникул является закономерным процессом и длится приблизительно от двух до четырех недель, в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка. Считается, что сентябрь – кризисный месяц для дошколят после продолжительного летнего отдыха.

В период адаптации ребенку необходимо рано вставать, соблюдать режимные моменты детского сада, выстраивать определенные взаимоотношения как с взрослыми, так и со сверстниками, подчинять свои желания существующим традициям группы. Период адаптации проходит у каждого ребенка по-разному, зачастую характеризуется не только трудностями психологического характера, но и очень часто нарушениями общего состояния ребенка.

Чтобы процесс возвращения в детский сад прошел более уверенно и комфортно для ребенка, соблюдайте следующие правила:

Начните готовить ребенка заранее. За несколько дней до похода в детский сад начните заботиться о соблюдении режима дня. Начните раньше укладывать ребенка спать и раньше поднимать с кровати утром. Детям необходим распорядок, он успокаивает и дает чувство безопасности и определенности.

Рассказывайте о необходимости соблюдать правила. Пока ребенок был летом у бабушки, там были одни правила, в семье – другие. В детском саду тоже свои правила. Независимо от желания или нежелания их соблюдать правила существуют везде. Это нужно объяснять ребенку любого возраста.

Делитесь своим опытом, рассказывайте о своих трудностях. Если ребенок капризничает, не хочет рано просыпаться и идти в детский сад, рассказывайте ему о том, как вам тяжело ходить на работу. Но это необходимо, поэтому вам приходится это делать. А ходить в детский сад – это работа детей.

Проявляйте гибкость. Все дети разные. Кому-то нравится ходить в садик, они скучают по другим детям, с радостью знакомятся с "новенькими". У таких детей, как правило, проблем с адаптацией после лета нет. Есть дети, напротив, "не садиковские". К ним нужен индивидуальный подход. Если вы видите, что вашему ребенку трудно снова

влиться в режим и ходить в садик, возможно, нужно проявить гибкость и первую неделю забирать его из садика перед дневным сном.

Определитесь, кто водит ребенка в сад. Бывает, что, отправляясь в детский сад с мамой, ребенок капризничает, а с папой ведет себя спокойно, прощается без слез и истерик. Тогда, возможно, стоит отводить в сад ребенка тому родителю, с кем он ведет себя менее беспокойно.

Создайте для ребенка ситуацию успеха. Старайтесь опираться на сильные стороны ребенка, обязательно отмечайте приобретённые достижения. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.

Установить доверительные отношения с ребенком. Выясняйте, какие отношения складываются у вашего ребенка со сверстниками в группе и воспитателями. Обязательно проговаривайте его затруднения и пытайтесь их разрешить.