

Адаптація дитини до умов закладу дошкільної освіти



- ✓ Уникайте будь-яких негативних розмов у сім'ї про дошкільний заклад у присутності дитини, адже вони можуть сформувати в неї негативне ставлення до відвідування дитячого садка.



- ✓ Створіть спокійний, безконфліктний клімат у сім'ї.

- ✓ Заздалегідь потурбуйтеся про те, щоб розпорядок дня дитини вдома був наближеним до розпорядку дня у дошкільному закладі (підйом, тривалість денного сну, прийоми їжі, прогулянки).



- ✓ Ознайомтеся з режимом харчування та меню у дошкільному закладі.

✓ Навчайте дитину пити з чашки, тримати ложку.

✓ Учть дитину впізнавати свої речі: білизну, одяг, взуття, носовичок.

✓ Готуючи дитину до відвідування дошкільного закладу, докладно розкажіть їй, як удень вона ходитиме до дитячого садка, а ввечері вдома ви разом робитимете щось цікаве.



✓ Розповідайте дитині, що буде, коли ви повернетесь, щоб вона була впевнена, що потрібна батькам.

✓ Навчайте дитину вдома необхідних навичок самообслуговування та взаємодії з оточенням.

✓ Учть гратися іграшками. Наприклад, ляльку можна годувати, колисати, гойдати; пірамідку — збирати, розбирати.

✓ Привчайте дитину після гри класти іграшки на місце. Грайтеся вдома в дитячий садок з ляльками: погодуйте їх, почитайте казку, поведіть на прогулянку, покладіть спати.

✓ Виховуйте в дитини позитивний настрій та бажання спілкуватися з іншими дітьми.



Для того, щоб вам було легше залишати дитину у дитячому закладі пропоную вам декілька рекомендацій:

- Сформууйте у себе позитивне ставлення до дитячого садка, налаштуйтеся на те, що дитині тут буде добре, її буде доглянуто, оточено увагою, вона матиме підтримку.



- Самі навчіться розлучатися з дитиною: угамуйте тривоги, не беріть до уваги сумніви і докори совісті через рішення вийти на роботу. Якщо мама переконана, що з її дитиною в садку буде все гаразд, вона впорається з розставанням – так і буде.
- Придумайте ритуали прощання (все, що відбувається регулярно – заспокоює). Поцілувати в кожную щічку, обійняти, узяти на руки тощо.
- Будьте чесними з дитиною. Не тікайте, а чітко скажіть: «Я йду на роботу, але я повернуся за тобою після того, як ти поїси, поспиш і ще раз поїсти».
- Дайте малюкові із собою «талісман»: улюблену іграшку, вашу хусточку. Дорогою розповідайте щось цікаве.
- Залучайте тата: малюк буде радий можливості черговий раз опинитися в батьківських обіймах.

Підготувала практичний психолог

Атамась О.Г.