

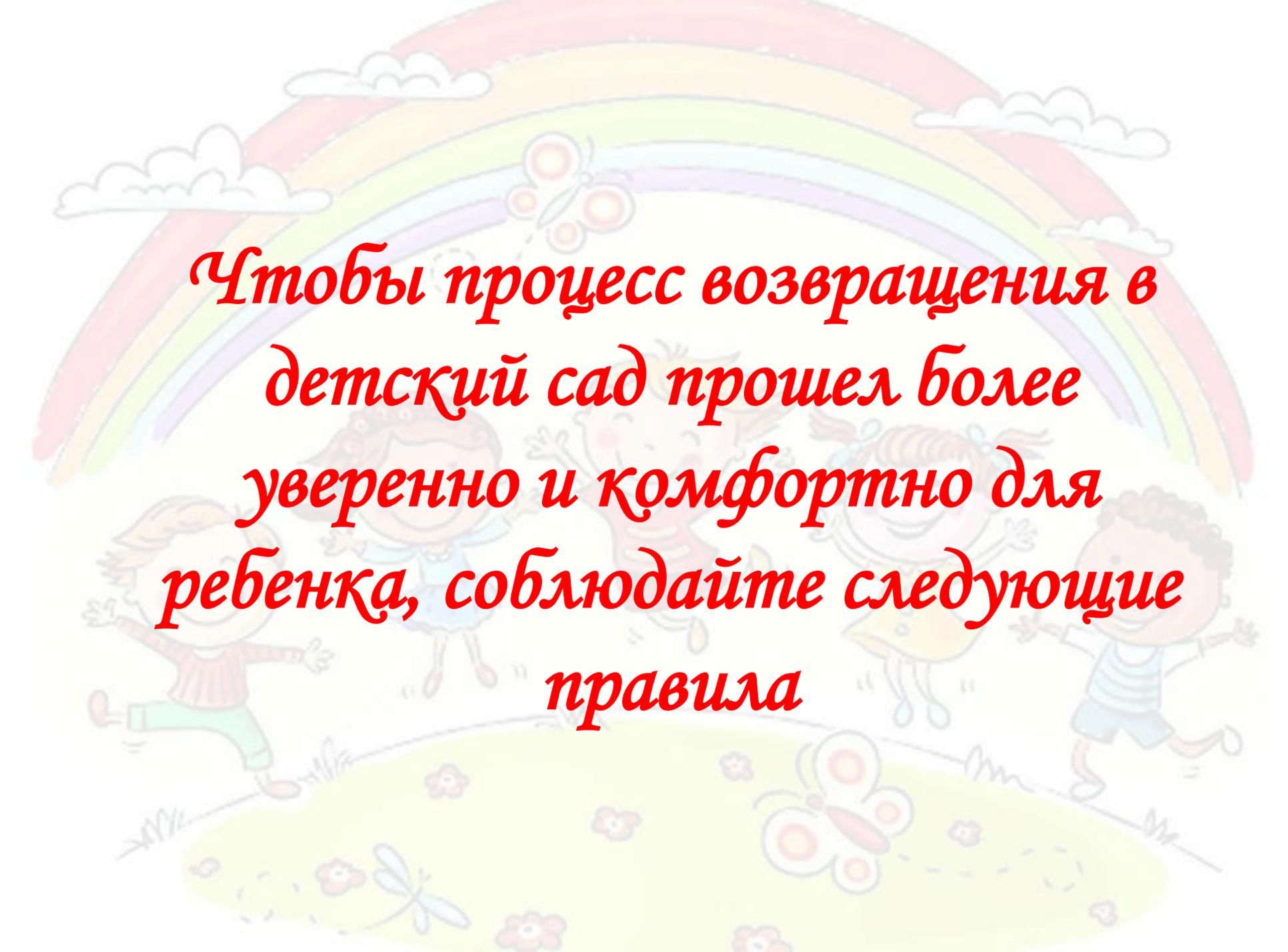
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №25»

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду после летних каникул

Консультация для заботливых родителей

**Подготовила:
педагог-психолог
Новикова Ирина Александровна**

г.о. Верхний Тагил
2023

A vibrant, cartoon-style illustration of a rainbow arching across the sky. Below the rainbow, several children are depicted in various playful poses, some jumping and some running. The ground is green with small flowers and butterflies. The overall scene is bright and cheerful, representing a happy and safe environment for children.

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

Начните готовить ребенка заранее

Соблюдение режима дня

успокаивает ребенка и дает чувство безопасности и определенности.

- ✓ Начните раньше укладывать ребенка спать и раньше поднимать с кровати утром.
- ✓ Доказано, что здоровый и продолжительный сон не только влияет на нормальное физическое и психическое развитие ребенка, но и считается определенным фундаментом для продуктивной деятельности ребенка в течение дня.

Найдите позитивные стороны возвращения в детский сад

Заранее вспомните друзей ребенка, воспитателей, игры в которые он любит играть в детском саду, какие-то еще индивидуальные, приятные моменты.



Рассказывайте о необходимости соблюдать правила

Независимо от желания или нежелания их соблюдать, правила существуют везде. Это нужно объяснять ребенку любого возраста. Вспомните вместе с ребенком про правила, которые живут в детском саду, в его группе. Обсудите, для чего они нужны.



Определитесь, кто водит ребенка в детский сад

По возможности, стоит отводить в сад ребенка тому родителю либо родственнику, с кем он ведет себя менее беспокойно.



Проявляйте гибкость

Если это возможно, вновь сократите время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивайте перерыв в середине недели. Но старайтесь не прибегать к таким перерывам длительно и часто.



Предоставьте ребенку полноценный отдых

«Хорошо работает тот, кто хорошо отдыхает»

- ✓ Необходимо ограничить время просмотра телевизора и игр за компьютером.
- ✓ Ребенок должен гулять на свежем воздухе (дошкольникам рекомендуется ежедневно проводить на воздухе 4 часа).
- ✓ В первый месяц посещения детского сада после летних каникул не стоит загружать ребенка дополнительными занятиями в секциях и кружках.

Создайте для ребенка ситуацию успеха

Старайтесь опираться на сильные стороны ребенка, обязательно отмечайте даже незначительные его продвижения в период адаптации после летних каникул, сконцентрируйте свое внимание не на знаниях, которые он возможно за лето несколько «растерял», а на приобретенных достижениях.

Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, особенно, не ставьте их в пример. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.

Установите доверительные отношения с ребенком

- ✓ Выясните, какие отношения складываются у вашего ребенка со сверстниками в группе.
- ✓ Обязательно проговаривайте и проигрывайте его затруднения и пытайтесь их разрешить так же в игровой форме.
- ✓ Покажите в игре пути выхода из затруднительной ситуации (это будет являться своего рода для ребенка репетицией его поведения) и время от времени разбирайте с ребенком его правильные и ошибочные шаги.