

« Пять способов облегчить адаптацию в саду после каникул».

Консультация для родителей. Подготовила Огородникова Т.А. 08.01.2023г.

5 способов облегчить адаптацию в саду после каникул

Новогодние праздники — это, конечно, здорово. Вся семья собирается дома, не надо рано вставать и бежать куда-то в темноте по морозу и сугробам. Вот только возвращение в реальность, а именно в детский сад, может оказаться проблемой для всех — и для ребенка, и для родителей.

Казалось бы, расписание дня настроили, ребенок привык к саду, воспитателям, одноклассникам, перестал плакать по утрам и даже бежит туда с радостью, как вдруг — болезнь или каникулы. После перерыва все по-новой: слезы, крики, утренние сборы превращаются в кошмар. Как же сохранить положительное отношение к саду?

1. Говорите про детский сад

Напоминайте ребенку, как он проводил время в садике, вспоминайте интересные и веселые ситуации, занятия, которые ему нравятся больше всего. Задавайте вопросы: «С кем ты бы хотел поиграть?», «Что тебе больше нравится делать в саду?», «Что интересного ты в последнее время узнал?»

2. Читайте книги и учите стихи

Здорово, если в книге детский сад будет приятным местом, где дети дружат, а воспитатели — поддерживают. Конечно, можно разобрать и конфликтные, и сложные ситуации, это тоже важно. Возможно, каникулы — подходящее время, чтобы обсудить, что тревожит ребенка, что ему не очень нравится в саду. Помогите ему найти выход из ситуации.

Хороший вариант — придумывать сказки самостоятельно. Делайте это вместе с ребенком! Вы, например, можете придумать героев, а ребенок — ситуацию, в которой герои окажутся. А происходить действие будет в детском саду. Кстати, это тоже полезный инструмент для того, чтобы понять отношение ребенка к садике.

3. Рассматривайте вместе фотографии

Наверняка у вас есть множество фото и видео с разных мероприятий в детском саду. Просматривайте их вместе с ребенком, вспоминайте, как было весело и интересно на новогоднем утреннике, как приходил Дед Мороз и раздавал подарки, как ваш ребенок здорово рассказал стишок, а воспитательница похвалила!

4. Играйте вместе

Дети любят ролевые и сюжетные игры. Вот и предложите поиграть в детский сад: пусть малыш будет воспитателем, а все его игрушки — детьми. Помогите придумать интересный сюжет. Обратите внимание, как ребенок ведет себя в роли воспитателя. Скорее всего, он будет копировать поведение реального человека. Как он успокаивает ребенка (игрушку), который расстроился? А если кто-то из детей начал хулиганить, что сделает воспитатель?

5. Не отказывайтесь от режима

Понимаю, задача непростая. Кажется, новогодние праздники — лучшее время, чтобы выспаться и вкусно поесть. Конечно, можно позволить себе несколько дней и расслабиться: чуть позже лечь и встать, устроить поздний завтрак и обед вне дома. Но чем ближе рабочие дни, тем внимательнее надо относиться к режиму. Особенно к режиму дошкольника. Хотя бы дней за 5 до выхода в сад лучше возвращать завтрак/обед и ужин по расписанию, вовремя лечь спать — чтобы утром было проще просыпаться.