



## ***Ошибки родителей в период адаптации к детскому саду***

Всем родителям, чьи дети проходят сейчас период адаптации одновременно радостно и немного грустно и страшно. «Хоть бы она прошла быстро и безболезненно», – об этом мечтают все родители. Но, в то же время, многие из нас допускают ошибки, которые могут затянуть ее на неопределенный срок. Что именно может пойти не так и как этого избежать. Давайте рассмотрим ошибки мам и пап, которые могут сформировать негативное отношение к садику и затяжную адаптацию, и постараемся их избежать.

### **1. Мама потерялась!**

Первый день в детском саду – очень радостное время. Столько нового и интересного вокруг! Ребенок увлечен, а мама, радостная и счастливая, убегает, чтобы не отвлекать малыша. Но сколько бы раз вы не говорили своему ребенку, что оставите его на немножко в садике, никогда так не делайте. Он может забыть, не придать значения, пропустить это мимо ушей. Только представьте, как испугается малыш, отвлекшись от игрушек, чтобы пообщаться с мамой, и не найдя ее. А вдруг она ушла навсегда. Теперь ребенок вряд ли захочет отпустить вас в следующий раз, и садик у него будет ассоциироваться с пропавшей мамой. Так что обязательно прощайтесь и сообщайте чаду, что скоро его заберете.

### **2. Оставлять надолго.**

Некоторые родители считают, что ребенок быстрее привыкнет, если оставлять его в саду сразу на весь день. А некоторые поступают так, потому что дотянули до выхода на работу, не оставив малышу времени на адаптацию. Это большая ошибка. Ребенок должен привыкать постепенно. Для этого есть разные схемы, но общий смысл таков:

- прогулка на площадке группы;
- 30 мин - час поиграть в группе;
- пара часов игровой деятельности в группе;
- с утра до обеда;
- с обедом;
- с дневным сном;
- полный день.

Эта схема примерная. Каждый ребенок индивидуален, поэтому нужно смотреть, сколько какая стадия должна длиться именно для вашего малыша. Следите за самочувствием ребенка и не бойтесь полагаться на свою интуицию.

### **3. Выбил из режима**

Странно, но многие родители не следят за режимом дня своего ребенка и не стараются привести его к режиму детского сада. Теперь встать в 7 утра – проблема, да и целый день у невыспавшегося ребенка не заладится. Капризы – неотъемлемый спутник недосыпа. Поэтому чтобы малыш смог посещать садик в хорошем настроении, нужно подготовить его режим дня к новым условиям заранее. Не ленитесь!

#### **4. Утренняя спешка**

Эта ошибка вытекает из предыдущей. Хочется, чтобы поздно легший малыш подольше поспал, поэтому поднимаем его впритык к выходу. В итоге мама бежит, суетится, малыш, еще не проснувшись окончательно, не соображает, что от него хотят, и не имеет никакого желания вставать с кровати. Мама вместо того, чтобы пожалеть и настроить кроху на хороший день, только злится и подгоняет. Все это перерастает в конфликт и испорченное на целый день настроение. Здесь можно посоветовать только одно – просыпайтесь хоть немного раньше, чтобы неспешно и спокойно войти в новый день.

#### **5. «Кто тебя обидел, мой малыш?»**

Данная ошибка очень серьезная. Очень часто родители проецируют свои страхи и детские травмы разделения с близкими на своих детей. Тревожное состояние передается малышу, и он начинает думать, что в детском саду есть чего бояться, если мама так переживает. Не стоит встречать своего малыша, с печальным или встревоженным взглядом. Всем своим видом стоит показывать, входя в группу (даже если вы слышите плач своего ребенка), что все прекрасно. Улыбайтесь, восхищайтесь работами детей, говорите лестные слова о группе и воспитателях.

Вот основные ошибки. Предупрежден - значит вооружен. Надеемся, теперь вы никогда их не допустите и ваш выспавшийся ребенок будет в хорошем настроении с удовольствием прощаться с мамой, убегая в любимую группу детского сада.