

Возвращаемся в детский сад с радостью!

Ребёнок пошёл в детский сад, а для родителей наступил нелёгкий и ответственный период адаптации. И вот когда казалось, что все позади, наступил неожиданно режим самоизоляции во время пандемии. От принудительного нахождения в четырёх стенах, от дистанционного обучения страдают все! И студенты, и школьники. Но больше всех страдают дошкольники, особенно ясельного возраста. Дети, которые ещё не могут сами себя обслуживать в быту, которые полностью зависят от взрослых.

Очень скоро детские сады откроются. Это необходимо всем нам! И что же опять - сложные расставания с родителями. Плач, истерики, нежелание идти в детский сад.

Придя снова в детский сад малыш, ощущая на себе давление «забытого» распорядка жизни, будет снова находиться в состоянии психоэмоционального напряжения, которое скажется и на его физическом состоянии. Как сделать процесс адаптации менее болезненным?

Напоминаю, что детский сад – «режимное» учреждение. Кушают, играют и спят здесь по определенному графику. Например, обедать между 11.30-12.30, а затем отправляться на дневной сон до 15.00-15.30. И, конечно, вечером раньше укладываться, чтобы ранний подъём не спровоцировал негативных эмоций.

Сложный процесс адаптации будет намного проще, если ребёнок обладает навыками самостоятельности: умеет пользоваться горшком, самостоятельно кушает (или хотя бы умеет держать ложку), одевается и т.д. Задуматься об этом, конечно, стоит заранее, а не в последний день самоизоляции.

Рассказывая о «забытых» друзьях и перспективах жизни, не нужно перехваливать детский сад, расписывая его уж совсем в радужных красках, иначе малыш разочаруется в воспитателе и «коллегам». Одновременно нельзя пугать его дошкольным учреждением и педагогом, который «покажет, как следует хорошо себя вести!». Старайтесь выдерживать золотую середину. Не обсуждайте при ребенке моменты, которые вас не устраивают в детском саду, не говорите при нем плохо о взрослых.

Все люди умеют сочинять сказки, это часть человеческой природы. Попробуйте перед тем как снова, после самоизоляции, отправиться в детский сад сочинить сказку. И в ней главным героем будет ваш маленький сынишка или дочка. Возможно, ваша сказка, которую вы сочините, согреет душу вашего ребенка, заставит его улыбнуться и поверить, что у него все будет отлично. Не забудьте, что в конце сюжета главного героя обязательно забирает мама. Это закрепляет представление ребенка о том, что мама непременно придет за ним!



