

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 пгт Нагорск**

**«Как подготовиться к возвращению в детский сад после
летних каникул»**

**Подготовили воспитатели:
Чеглакова Марина Валерьевна
Кибардина Екатерина Анатольевна
Музыкальный руководитель:
Бутакова Юлия Валентиновна**

**Пгт Нагорск
2025г**



С началом осени большинство детей возвращаются в детский сад после летних каникул. Этот период может быть непростым как для дошкольника, так и для их родителей. Дети, которые посещали детский сад, но делали, перерыв на лето, могут столкнуться с трудностями адаптации к прежнему режиму.

Важно понять, что вызывает у ребёнка беспокойство. Основной причиной часто является выход из зоны комфорта. Дома с родными и на отдыхе было хорошо и весело, а воспоминания о детском саде могут быть абстрактными для ребёнка. Родителям следует напомнить ребенку о том, что в саду его ждут друзья, любимые игрушки и интересные занятия.

Ещё одной причиной может быть так называемый «синдром возвращения из отпуска». В детском саду есть свои правила и режим, которые могут показаться ребёнку непривычными после свободного время препровождения на каникулах. Адаптация к детскому саду после летних каникул обычно занимает от двух до четырёх недель. Это зависит от индивидуальных особенностей ребёнка.

Чтобы облегчить адаптацию, родители могут следовать нескольким рекомендациям:

1. Заранее подготовить ребёнка.

За несколько недель до возвращения в сад важно установить режим дня. Это поможет ребёнку чувствовать себя более уверенно и спокойно.

2. Обеспечить полноценный отдых.

Активный отдых на свежем воздухе поможет ребёнку лучше подготовиться к посещению детского сада. Ограничьте время, проведённое перед телевизором или за компьютером.

3. Не перегружать ребёнка.

После детского сада не стоит сразу отправлять ребёнка на дополнительные занятия. Дайте ему время на прогулку, общение с близкими и лёгкий перекус.

4. Объяснить необходимость соблюдения правил.

Расскажите ребёнку о правилах, которые действуют в детском саду. Это поможет ему лучше понять и принять новые условия.

5. Найти положительные моменты.

Вспомните вместе с ребёнком его друзей, любимые игры и приятные моменты, которые ждут его в саду.

6. Создать ситуацию успеха.

Поддерживайте ребёнка, отмечайте его достижения и помогайте справляться с трудностями.

7. Установить доверительные отношения.

Узнайте, как ребёнок общается со сверстниками, и помогайте ему разрешать возникающие проблемы.

Каждый ребёнок уникален, и время адаптации может различаться. Одним детям достаточно нескольких дней, чтобы привыкнуть к саду, а другим может потребоваться больше времени. Важно проявить терпение и понимание, чтобы помочь ребёнку успешно вернуться к привычному распорядку.