



Детский сад - новый период в жизни

ребенка. **Родителям** важно уделить особое внимание новому этапу жизни ребенка.

1. Настраивайте кроху как можно положительнее к его поступлению в **детский сад**.

2. Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу

3. Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернуться. Давайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.

4. Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить,

какую одежду он наденет утром.

5. Дайте ребенку с собой в садик его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка «*ходит в садик*» вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в **детском саду**, кто с ней дружил, не было ли ей грустно.

6. Создайте свой ритуал прощания. Договоритесь заранее с ребенком, например, о том, что вы ему помашете в окошко и пошлете воздушный поцелуй, так ему будет проще отпустить вас.

7. Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте число часов пребывания в **детском саду**.

8. Никогда не уходите

незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе.

9. В выходные дни придерживайтесь режима дня, принятого в ДООУ, повторяйте все виды деятельности

10. Все время объясняйте чаду, что он для вас, как раньше, очень дорог и любим.

11. Занимайтесь вечерами с малышом совместно творческой деятельностью:

играйте, лепите, рисуйте

12. Научите элементарным навыкам самообслуживания:

одеваться, раздеваться, умываться, есть, расчесываться, проситься и ходить в туалет.

13. Уделяйте внимание состоянию здоровья вашего ребенка.

14. Не отзывайтесь отрицательно об учреждении, его специалистах.

15. Будьте терпимее к капризам.

16. Не наказывайте, «не пугайте» **детским садом**, забирайте вовремя.

17. Не обещайте забрать его до сна, и понимать что этого не будет - потеряете доверие в глазах ребенка.

18. Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.

19. Имейте в виду, что проблемы **адаптации** ребенка в садике могут возобновиться после праздника, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае

необходимо проявлять гибкость, в особо сложных случаях можно вновь сократить время пребывания ребенка в **детском саду** либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

*Помните,
успешная адаптация
Вашего ребенка,
зависит не только от
воспитателя и тем
более не от ребенка.
Протекание
процесса адаптации зав
исит во многом
от родителей.*

Памятка для родителей
от педагога-психолога

«Адаптация ребенка в детском саду»



г. Ханты-Мансийск, 2023