

Рекомендации для родителей по успешной адаптации ребенка к ДОУ.

1. Не нервничайте и не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в ДОУ.
2. Никогда не пугайте ребенка детским садом.
3. Соблюдайте дома режим дня сходный с режимом дня детского сада.
4. Желательно заранее отучать ребенка от пустышки и приучать к горшку.
5. Во время адаптации желательно не водить ребенка в гости. Пусть он лучше привыкает к группе детского сада.
6. В период адаптации не ругайте ребенка, не кричите, не наказывайте его, лучше постарайтесь отвлечь интересной игрушкой или игрой.
7. Дайте ребенку его любимую игрушку в детский сад, с ней ему будет спокойней т. к. она будет напоминать ему о доме.
8. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
9. Провожая ребенка в ДОУ, не затягивайте процесс прощания. Лучше будет, если ребенка в ДОУ будет отводить тот человек, к которому он менее привязан, например, папа, бабушка, дедушка, дядя, тетя.



*Первый раз в детский сад,
правила успешной адаптации.*

1. **НЕПОЛНЫЙ ДЕНЬ.**

Первое время забирайте ребенка тогда, когда он еще не устал, и ему еще не хочется уходить (после прогулки или сразу после обеда), постепенно увеличивая время пребывания в дет. саду. Дневной сон для малыша – это граница, за которой начинается «долго».

2. **ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.**

Целесообразно узнать все правила, касающиеся личной гигиены, которые существуют в детском саду, и постараться придерживаться их дома – тогда ребенку легче будет привыкнуть к требованиям сада.

3. **ЕДА.**

Еда в дет. саду по вкусу отличается от той, которую мы готовим дома. Необходимо объяснить малышу, что еда в садике НЕ хуже, просто она другая. Позвольте ребенку выработать свое мнение, а не передавайте ваше!

4. **СОН.**

В дет.саду дети спят, т.к. их жизнь гораздо более динамична и насыщена, поэтому необходимо принять это и объяснить ребенку, почему ему действительно необходим отдых.

5. **ОДЕЖДА.**

Пусть маленький человек чувствует себя комфортно и свободно, а одежда не будет предметом ваших сожалений и претензий к ребенку.

6. **ИГРУШКИ.**

Договоритесь с ребенком, что он будет приносить в детский сад только те игрушки, которыми он готов

поделиться, и пропажа или поломка не вызовет бурю слез. Просто объясните своему малышу, какие игрушки стоит брать, а какие – нет! и почему!

7. **РАССТАВАНИЕ.**

Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания (ритуал прощания), каждый день выполняйте его, и малышу будет проще отпускать вас.

8. **ВОПРОСЫ К ПЕРСОНАЛУ.**

Все возникшие вопросы старайтесь задавать не при ребенке! Чаще всего, содержание вашего разговора ему будет не понятно, но интонацию и отношение он почувствует сразу.

9. **НИКОГДА НЕ ОБМАНЫВАЙТЕ РЕБЕНКА.**

Обман – даже если у вас изменились планы – может стать очень тяжелой травмой для ребенка, поколебать его доверие к вам. Лучше забрать пораньше без предупреждения – это будет приятный сюрприз, чем пообещать и не выполнить

Педагог-психолог МБДОУ

«Детский сад №87»

Суворова Т.В.

