

Памятка для родителей: «Адаптация ребёнка к ДОУ»

1. Убедитесь в том, что детский сад необходим для вашей семьи именно сейчас. Ребёнок чувствует, если родители сомневаются в целесообразности общественного воспитания.
2. Расскажите ребёнку, что такое детский сад и почему вы хотите, чтобы он его посещал.
3. Познакомьте ребёнка с режимом детского сада (подробнее, чаще повторяйте). Спрашивайте, куда он будет складывать вещи после прогулки, кто ему будет помогать раздеваться, что будет делать после обеда... Максимально приблизьте домашний режим к распорядку жизни в детском саду.
4. Формируйте у ребёнка навыки самообслуживания и личной гигиены. Поговорите с ним о возможных трудностях. К кому он может обратиться за помощью («я хочу пить»...). Проиграйте эти ситуации дома (например, вы - воспитатель, а медвежонок просит пить). Не создавайте у ребёнка иллюзий, что всё будет так, как он захочет (в группе много детей, иногда надо подождать).
5. Приготовьте с ребёнком «радостную коробку». В течение лета (или больничного) складывайте в неё небольшие игрушки, лоскутки ткани, которые привлекательны для малыша и обрадуют других детей.
6. Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени. Просить, а не отнимать игрушки. Предлагать свои.
7. Познакомьтесь с другими родителями и детьми. В присутствии своего ребёнка называйте их по имени. Говорите дома о новых знакомых - Лене, Саше...
8. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес сотрудников сада.
9. Разработайте вместе с малышом несложную систему знаков прощания, и он будет легче отпускать вас.
10. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Скажите малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, что тебе бывает страшно. Когда происходит что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится».
11. Будьте терпеливы!

Если вы продолжаете испытывать потребность в контакте со специалистами, педагогами и психологом детского сада ждут вас!

Желаем успехов!

Педагог-психолог
МБДОУ «Детский сад № 30»
Чистякова Н.И.