

## *Советы родителям по адаптации*

### **«Мой ребенок пошел в детский сад»**

#### **Надо:**

- настраивать ребенка на мажорный лад, внушать ему, что это очень здорово, что он стал таким большим;
- одевать ребенка так, как необходимо в соответствии с температурой в группе;
- создать для него в семье спокойный, бесконфликтный климат и режим как в детском саду;
- щадить его ослабленную нервную систему;
- на время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач;
- как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша;
- при выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу;
- забирать ребенка домой пораньше;

#### **Не надо:**

- оставлять ребенка в дошкольном коллективе на целый день;
- мешать его контактам с детьми в группе;
- увеличивать нагрузку на нервную систему;
- водить ребенка в многолюдные и шумные места;
- все время кутать, одевать не по сезону;
- конфликтовать с ним дома;
- наказывать за детские капризы;
- в воскресные дни резко изменять режим ребенка;
- обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с

детским садом;

- реагировать на выходки ребенка и наказывать его за капризы.

**Нельзя:**

- в присутствии ребенка плохо говорить о детском саде;
- «наказывать» ребенка посещением детского сада и поздно забирать домой;
- не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка;
- игнорировать предписания врача.