

Памятка для родителей «Адаптация ребенка к детскому саду»

Поступление ребенка в детский сад, как правило, вызывает тревогу у родителей. Для того чтоб адаптация прошла спокойнее и быстрее вы должны знать об особенностях этого периода.

Адаптация – это стрессовая ситуация для всех детей. И для того, чтобы облегчить привыкание ребенка к детскому садику необходимо соблюдать некоторые правила:

1. Знакомим с воспитателями и детьми. Показываем детский садик на прогулке.
2. Соблюдайте режим, приближенный к режиму детского садика.
3. Придумайте свой ритуал прощания, но он должен быть коротким. (воздушный поцелуй, поцелуй носиками, помахать рукой, поглаживание по спинке....)
4. Дать ребенку любимую игрушку с собой.
5. Отводить в детский садик может второй по значимости взрослый (папа, бабушка).
6. Щадящий режим (окружить спокойной обстановкой: не смотреть телевизор, не посещать театры и кино на период адаптации)
7. Играем в «детский сад» дома.
8. Компенсировать дефицит внимания (после садика вместе пойти погулять, игра вместе с мамой).
9. До посещения детского садика отучаем ребенка от вредных привычек (соска, бутылочка, сосание пальца).
10. Говорим ребенку о педагоге в положительном контексте (воспитатель ждет тебя? Воспитатель скучал по тебе).
11. Не показывайте ребенку, как вы тревожитесь за него. Будьте спокойны.

Что делать родителям НЕЛЬЗЯ:

1. Пугать детским садиком.
2. Наказывать за детский сад.
3. Требовать обещаний («Ты не будешь плакать», «Ты будешь вести себя, как взрослый»)
4. Обманывать («В садик завтра не пойдём», «Мы только посмотрим», «Мы только поздороваемся»)
5. Менять режим дня в выходные дни.

Признаками успешной адаптации являются:

1. Спокойное настроение (положительный настрой на детский садик).
2. Устойчивый аппетит.
3. Спокойный сон (ночной и дневной)
4. Активная игровая деятельность (принимает участие в общих играх).
5. Доброжелательное отношение к педагогам.

ЖЕЛАЕМ ВАШИМ ДЕТЯМ ЛЕГКОЙ АДАПТАЦИИ!