

# Памятка для родителей

## «Советы по адаптации к ДОУ»

Период адаптации к дошкольному учреждению очень сложен и для детей, и для взрослых. Дети испытывают страх перед незнакомой обстановкой, сверстниками и новым взрослым человеком, требующим выполнения каких-то указаний. Родители волнуются за своих вчерашних еще малышек, вступающих в новый мир нового и интересного. Сложно и педагогам, ведь необходимо найти подход к каждому будущему воспитаннику. Подобрать ключ к сердцу ребенку. Всем известна тонкая связь между ребенком и матерью. Дети тонко чувствуют настроение самого близкого человека на земле. Все волнение, которое испытывает мать, приводящая своего любимого чада, в детский сад передается и ребенку.

### Некоторые советы родителям по адаптации к детскому саду:

1. Если есть возможность, то лучше привести ребенка в детский для знакомства заблаговременно. Это позволит малышу сформировать собственное положительное представление о детском саде.
2. К встрече с новыми сверстниками в детском саду нужно готовиться. Выйдя с ребенком на детскую площадку, научите его первым знакомиться, называть детей по имени. Важно, чтоб ребенок учился делиться игрушками, умел предложить поиграть вместе. Ведь он готовится стать членом большого детского коллектива.
3. Расскажите воспитателю об особенностях психического и физического здоровья ребенка.

4. Необходимо, чтоб ребенок четко понимал, почему вы хотите, чтоб он посещал детский сад. Расскажите, что в детском саду ребенка ждут: знакомства с друзьями, много новых игрушек, и интересных увлекательных игр.

5. Чтоб малышу было легче привыкнуть к детскому саду, расскажите о том что, как и в какой последовательности он будет делать в течении дня, когда мама уйдет на работу.

6. Психологи советуют, постепенное увеличение времени пребывания в дошкольном учреждении, от нескольких часов в день. Если ребенок уже готов расстаться на длительное время с мамой, отпустить ее, период адаптации пройдет быстро.

7. Долгие проводы – лишние слезы. Фраза, известная всем. Важно не затягивать момент прощания. Придумайте какой-то ритуал, поцеловать в обе щечки, или помахать друг другу в окно. Долгие прощания с обеспокоенным лицом матери, вызовут тревогу и беспокойства у вашего малыша.

8. Оставляя ребёнка с воспитателями, убедите малыша, что вы непременно вернётесь за ним.

9. Чтобы ребенок чувствовал себя увереннее, разрешите ему взять с собой, свою любимую игрушку

10. Расскажите ребёнку, что воспитатель поможет справиться с любой сложной ситуацией, которая может возникнуть.

11. Чаще хвалите ребенка, говорите какой он уже взрослый, раз ходит в детский сад. Любовь и забота в период адаптации очень важны.

12. Особое внимание следует уделить ребенку в вечером, почитайте любимую книгу на ночь, просто обнимите и побудьте с ребенком вдвоем. В период привыкания к детскому саду дети остро нуждаются в ощущении защищенности и эмоционального комфорта.

13. Создайте условия для спокойного отдыха ребёнка дома.

Эти простые рекомендации помогут адаптироваться детям к новой жизни, жизни в коллективе. А вам, уважаемые родители, следует запастись терпением, ведь период адаптации длится не один день, и даже не одну неделю. Помните, что только вместе (детский сад и семья) мы преодолеем все трудности.