



Памятка для родителей детского сада



Адаптация детей к детскому саду

От педагога-психолога
МАДОУ «МАЯЧОК» СП ДС №176
Кучина П. А.

Вместе
мы поможем
ребёнку!



Адаптация к детскому саду — это важный и непростой период в жизни ребёнка. Это привыкание к новому режиму, коллективу, взрослым и новым условиям. От того, как пройдёт адаптация, зависит эмоциональное благополучие ребёнка, его уверенность в себе и дальнейшее развитие.

1. Готовьте ребёнка заранее



- Рассказывайте о детском саде в положительном ключе.
- Читайте книги, смотрите мультфильмы о садике.
- Играйте в «детский сад» дома.

2. Сохраняйте спокойствие



- Ваше спокойствие и уверенность передаются ребёнку.
- Избегайте тревожных разговоров и негативных эмоций.
- Помните: ребёнок чувствует ваше настроение.

3. Соблюдайте режим



- Постепенно приучайте к режиму дня.
- Важно, чтобы сон, питание и прогулки были по времени.
- Это помогает ребёнку легче адаптироваться.

4. Укрепляйте самостоятельность



- Учите ребёнка одеваться, кушать, пользоваться горшком (если необходимо).
- Поощряйте инициативность и хвалите за успехи.

5. Поддерживайте связь с воспитателями



- Делитесь важной информацией о ребёнке.
- Спрашивайте, как он ведёт себя, что его радует и беспокоит.
- Вместе мы сможем помочь малышу быстрее адаптироваться.

6. Будьте рядом



- Говорите с ребёнком, слушайте его, поддерживайте.
- Уделяйте время совместным играм и общению.
- Помните: ваша любовь и забота — лучшая опора для ребёнка в этот период.



Адаптация —
это не только трудности,
но и новые возможности,
дружба и радость!

С уважением,
педагог-психолог
МАДОУ «МАЯЧОК»
СП ДС №176