

ПАМЯТКА

для родителей по адаптации детей к ДОУ

1. Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.
2. Отправляйте в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
3. Узнайте режим дня в детском саду и введите его в режим дня ребенка дома.
4. Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
5. «Раскройте секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
6. Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
7. Не угрожайте ребенку детским садом, как наказанием за непослушание.
8. Готовьте ребенка к временной разлуке с Вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь потому, что он уже большой.
9. Не нервничайте и не показывайте свою тревогу, когда отводите малыша в детский сад.
10. В первый месяц посещения ребенком нового коллектива не оставляйте сына (дочь) на целый день.
11. Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим.
12. Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
13. Уменьшите нагрузку на нервную систему. На время прекратите походы в цирк, театр, гости. Сократите просмотр мультфильмов.
14. Сообщите воспитателям о личностных особенностях малыша.
15. Не реагируйте на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы.
16. Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше.
17. Скажите честно ребенку куда Вы идете, когда вернетесь и с кем он останется.
18. Не суйте ребенку «призов» за то, что он Вас отпускает.
19. Придумайте ритуал прощания с малышом (например, уходя, мама всегда обнимает и целует ребенка, говорит когда придет и «пока-пока»). Ритуал помогает потому, что учит ребенка доверять взрослым. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

Верьте в своего ребенка, помогайте ему учиться решать возникающие проблемы, учите его находить общий язык как со взрослыми, так и с детьми.