

## **Памятка для родителей по адаптации детей в детском саду**

### **Адаптация ребенка к детскому саду**

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагирует на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, капризничают и плачут перед входом в группу. Детям любого возраста очень непросто начинать посещать сад. В их жизни все меняется кардинальным образом. Родителям важно уделить особое внимание новому этапу жизни ребенка.

Для того, чтобы она прошла успешно, предлагаем Вам ознакомиться с небольшой памяткой, как быть и что делать, чтобы адаптация малыша к детскому саду или яслям прошла для него менее болезненно. Надеемся, наши рекомендации помогут Вам, и Ваш малыш с радостью и удовольствием будет находиться в новом детском коллективе.

### **Памятка для родителей**

1. Настраивайте кроху как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
2. Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу
3. Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернуться. Давайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.
4. Желательно укладывать ребенка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в садик, вместе решить, какую одежду он наденет утром.
5. Дайте ребенку с собой в садик его любимую игрушку, вызывающую у него теплые чувства и ассоциирующуюся с домом. Пусть игрушка «ходит в садик» вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, не было ли ей грустно.
6. Создайте свой ритуал прощания. Договоритесь заранее с ребенком, например, о том, что вы ему помашете в окошко и пошлете воздушный поцелуй, так ему будет проще отпустить вас.
7. Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте число часов пребывания в детском саду.

8. Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе.
9. В выходные дни придерживайтесь режима дня, принятого в ДОУ, повторяйте все виды деятельности
10. Все время объясняйте чаду, что он для вас, как раньше, очень дорог и любим.
11. Занимайтесь вечерами с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте
12. Научите элементарным навыкам самообслуживания: одеваться, раздеваться, умываться, есть, расчесываться, проситься и ходить в туалет.
13. Уделяйте внимание состоянию здоровья вашего ребенка.
14. В первое время целесообразно сохранить привычные для ребенка приемы ухода: покатать на ручках, поцеловать и т. д., можно принести любимые игрушки.
15. Не отзывайтесь отрицательно об учреждении, его специалистах.
16. Будьте терпимее к капризам.
17. Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте вовремя.
18. Не обещайте забрать его до сна, и понимать что этого не будет- потеряете доверие в глазах ребенка.
19. Расскажите воспитателю заранее об индивидуальных особенностях вашего ребенка: что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.
20. Имейте в виду, что проблемы адаптации ребенка в садике могут возобновиться после праздника, каникул, а также при серьезном изменении внешних обстоятельств. В этом случае необходимо проявлять гибкость, в особо сложных случаях можно вновь сократить время пребывания ребенка в детском саду либо в течение какого-то времени по договоренности с воспитателем устраивать перерыв в середине недели.

**ПОМНИТЕ,  
ВАЖНЫ ТЕРПЕНИЕ, ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ И ПОНИМАНИЕ!**