

## Рекомендации для родителей:

- любите своего ребенка таким, какой он есть;
- радуйтесь своему малышу;
- разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном;
- слушайте ребенка, не перебивая;
- установите четкие и определенные требования к малышу;
- не устраивайте для ребенка множество правил;
- будьте терпеливы;
- каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное;
- в разговоре с ним называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними;
- поощряйте в ребенке стремление задавать вопросы;
- чаще хвалите малыша;
- поощряйте игры с другими детьми;
- интересуйтесь жизнью и деятельностью вашего ребенка в детском саду;
- не позволяйте себе неподобающего поведения в присутствии ребенка;
- помните, что авторитет родителей основан только на достойном образце поведения;
- прислушивайтесь к советам педагогов в период адаптации детей к условиям ДОУ;
- посещайте групповые собрания.

Совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей является залогом успешной адаптации ребенка к условиям детского сада.

## ДЕТЕЙ УЧИТ ТО, ЧТО ИХ ОКРУЖАЕТ

Если ребёнка часто критикуют – он учится осуждать.

Если ребёнку часто демонстрируют враждебность – он учится драться.

Если ребёнка часто высмеивают – он учится быть робким.

Если ребёнка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым.

Если к ребёнку часто бывают снисходительны – он учится быть терпимым.

Если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе.

Если ребёнка часто хвалят – он учится оценивать.

Если с ребёнком обычно честны – он учится справедливости.

Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить.

Если ребёнок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.



[www.sonet.ee](http://www.sonet.ee)

## Памятка для родителей

### «Адаптация к садику – на отлично!»



*Детский сад – новый период в жизни ребёнка. Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечеров дома, другие соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребёнок, тем быстрее он способен адаптироваться. Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:*

- Тревога, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и режима (ребёнку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал). В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в садик.

- Отрицательное первое впечатление от посещения детского сада. Оно может иметь решающее значение для дальнейшего пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.

- Психологическая неготовность ребёнка к детскому саду. Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития.

Чаще всего это происходит, когда ребёнку не хватает эмоционального общения с мамой.

- Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

- Избыток впечатлений. В саду малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

- Личное неприятие воспитателей или воспитателя. Такое явление не следует рассматривать как обязательное, но оно возможно.

### **Способы уменьшить стресс ребёнка.**

1. Несложные действия способны уменьшить тревожность и положительно повлиять на адаптацию ребёнка к новым жизненным условиям. Так, рекомендуется приучать ребёнка к детскому саду постепенно. Родителям стоит заранее подготовить себя и малыша к первому дню посещения дошкольного учреждения. Лучше всего заранее создать дома для ребёнка режим дня (сон, игры и приём пищи), соответствующий режиму ДОУ.

2. В первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше двух часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2-3 недель (данный период индивидуален для каждого ребёнка), учитывая желание малыша, можно оставить его на целый день в саду.

Если ребенок трудно привыкает к детскому саду, то мама может находиться в группе вместе с ребенком, чтобы познакомить

ребенка с окружающей его обстановкой и “влюбить” в воспитателя.

3. Каждый раз после прихода из детского сада необходимо спрашивать ребёнка о том, как прошёл день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание ребёнка на положительных моментах, так как родители такими короткими замечаниями способны сформировать у них позитивное отношение к дошкольному учреждению.

4. Если малыш плачет, стоит взять его на руки, успокоить – вероятно, ему не хватает прикосновений мамы, которых совсем недавно было намного больше.

Желательно дома укладывать ребёнка спать пораньше, побыть с ним подольше перед сном, поговорить о садике.

5. В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в саду, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

6. Желательно дать ребёнку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад. Всё это время надо рассказывать о садике, о том, как много интересного его ждёт там. Пусть эти разговоры будут эмоционально окрашены, они помогут успокоить малыша.

7. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.



Удачи вам!