

Рекомендации для родителей
«Чем вы можете помочь своему ребенку во время адаптации
в детском саду»

Подготовила – воспитатель Евтушенко Т.Н.

Стресс и плач ребенка естественный ответ на изменения в жизни, вызывающие у него беспокойство и волнение. Родителям необходимо создать дома бережную обстановку щадящую нервную систему ребенка, которая в этот период и так работает на полную мощность.

1. В присутствии ребенка старайтесь всегда отзываться положительно о детском саде и воспитателях. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.
2. В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно увеличить чуть-чуть дольше сон.
3. Не перегружайте малыша. Лишние напряжения, в этот период, ему ни к чему.
4. Постарайтесь в семье создать спокойную атмосферу. Чаще обнимайте малыша, говорите о своей любви к нему. Ему сейчас так нужна ваша поддержка.
5. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы, помогите ему успокоиться, переключив его внимание на игру.
6. Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад любимую игрушку (связь с домом, мамой). Ребенку будет спокойнее.
7. Расскажите придуманную вами сказку о том, как Мишутку начал ходить в детский сад, как там ему было хорошо и весело. Ключевой момент сказки – возвращение мамы за ребенком. Ребенок должен усвоить, что мама обязательно за ним придёт.
8. Спокойное утро. Главное правило - спокойная мама – спокойный малыш.
9. Пусть малыша отводит тот родственник или родитель, с которым ему легче расставаться.
10. Обязательно приходите в обозначенное ребенку время, не задерживайтесь. Всегда выполняйте свои обещания.
11. Придумайте свой ритуал прощания и встречи после детского сада.
12. Постоянно говорите ребенку о том, что вы его любите, что дорожите им у вас ничего нет.