

- Прислушивайтесь к рекомендациям воспитателя.
- Формируйте у ребенка положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
- Не оставляйте его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирайте домой.
- Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Щадите его ослабленную нервную систему.
- Не увеличивайте, а уменьшайте нагрузку на нервную систему. На время прекратите походы в цирк, в театр, в гости. Намного сокращайте просмотр телевизионных передач.
- Как можно раньше сообщайте врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
- Не кутайте ребенка, а одевайте его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.
- Не реагируйте на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы, сохраняйте все вредные привычки на период адаптации.
- При выраженных невротических реакциях оставляйте малыша на несколько дней дома и выполняйте все предписания специалиста.
- Разработайте вместе с ребенком несложный ритуал прощания - ему будет проще отпустить вас.
- Помните, что на привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы.
- Отложите на время профилактические прививки или сделайте их заранее.
- Убедитесь, что в вашей семье детский сад необходим именно сейчас.

- Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности садового воспитания. Легче и быстрее привыкают те дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
- Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми.
- Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребенку.

- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
- Никогда не пугайте ребенка детским садом и не обещайте ему вознаграждения за посещение детского сада. Малыш должен понять: впереди обычная жизнь, в ней будут друзья, интересные игры, прогулки, и надо в эту жизнь включаться сразу, а не сидеть у окна в ожидании прихода родителей.

Материал подготовила  
педагог-психолог:

*Прошутинская Оксана Александровна*

## Памятка для родителей

# КАК ПОМОЧЬ МАЛЫШУ ВО ВРЕМЯ АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ

