

- Расскажите ребёнку заранее о том, что такое детский сад. Поиграйте с ним в игру детский сад.

- Формирование позитивной установки на детский сад, положительное отношение к нему (рассказы о том, что в садике детишки играют, занимаются, гуляют, весело проводят время)

- Старайтесь прибегать к одинаковым требованиям в вопросах воспитания дома и в детском саду. Обсудите с воспитателем моменты в воспитании, которые вас волнуют.

- Придумайте «ритуал прощания» с ребёнком. Долгих прощаний не устраивайте. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

- Постарайтесь, чтобы дома ребёнка окружала спокойная, бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, говорите ласковые слова.

- Обязательно скажите малышу, что вы придёте за ним и обозначьте когда (после прогулки, сна, как он покушает). Малышу легче знать, что мама придёт после какого-то события, чем ждать её каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания.

Что такое адаптация?

Вхождение в новую среду и приспособление к новым условиям социального существования, к новому режиму.



5 правил адаптации.

1. Первое посещение детского сада должны быть ограничены по времени: 1-2 часа. Детская психика очень быстро перегружается впечатлениями, поэтому для начала хватит и этого времени. В дальнейшем стоит понемногу увеличивать время пребывания.

2. Для облегчения адаптации первое время можно давать любимую вещь ребёнка из дома: куклу, мягкую игрушку, сумочку.

3. Старайтесь соблюдать режим дня дома: сон, бодрствование, прогулка, время приёма пищи.

4. Если ребёнок плачет при расставании с мамой, проанализируйте. Возможно с папой (или с другим родственником) расставание будет не таким болезненным.

5. Будьте спокойны, не показывайте ребёнку своё беспокойство по поводу детского сада. В присутствии ребёнка всегда отзывайтесь положительно о детском саду, даже если вам что-то не понравилось.

