



***Полезные советы  
родителям в период  
адаптации ребёнка к  
дошкольному учреждению***

1. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
2. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу накануне его поступления в ДОУ.
3. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка.
4. Постоянно обращайтесь внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
5. Не отучайте ребёнка от вредных привычек в адаптационный период.
6. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
7. На время прекратите посещение ребёнком многолюдных мест, сократите просмотр телевизионных передач, старайтесь щадить его ослабленную нервную систему.
8. Одевайте ребёнка в детский сад в соответствии с температурой воздуха в группе. Обращайте внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.
9. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
10. Будьте терпимее к его капризам.
11. Прислушивайтесь к советам и рекомендациям воспитателей группы.

12. Не наказывайте, « не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя.

13. Когда ребёнок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слёз при расставании всерьёз – это может быть вызвано плохим настроением.

14. Разработайте несложную систему прощальных знаков (например, воздушный поцелуй, прощание двух мизинчиков, рукопожатие) и ежедневно повторяйте её. Уходите не задерживаясь, не оборачиваясь, - так малышу будет легче отпускать вас. Если вы не будете бояться разлуки с ребёнком, то и он легче будет её переносить. Во время прощания демонстрируйте хорошее настроение, чувствуйте себя уверенно, общайтесь с ребёнком только доброжелательным тоном и обязательно уточните, когда заберёте его домой. При этом не задерживайтесь, приходите вовремя.

15. После детского сада погуляйте с ребёнком на детской площадке, в парке, похвалите его за проведённый день: «Молодец! Ты хорошо ведёшь себя, я горжусь тобой», продемонстрируйте свою любовь и заботу.

*Успехов Вам!*