

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города нижневартовска

детский сад №25 «Семицветик»

**Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду**



Нижневартовск

**Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду.**  
**1.** Привести домашний режим в соответствие с режимом группы детского сада, в которую будет ходить ребенок;  
**2.** Обучить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания:  
-умываться, вытирать руки;  
-одеваться и раздеваться;  
-самостоятельно кушать, пользуясь во время еды ложкой;  
-проситься на горшок.  
**3.** Расширить  
"социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает  
общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.Д. Имея такой опыт, ребенок не будет бояться общаться со сверстниками и взрослыми;  
**4.** Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации;  
**5.** Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены  
2-3 часами, позже можно оставить малыша до обеда, затем, (если это рекомендует воспитатель и психолог), приводить малыша на целый день;  
**6.** Во время прощания с мамой часто ребенок начинает капризничать - держится всеми силами за маму, иногда даже громко кричит, рыдает и устраивает истерики. Нужно спокойно поцеловать малыша, помахать ему рукой и "передать" в надежные руки воспитателя (если он сам отказывается идти). Обычно дети, особенно ясельного возраста, плачут минут 5-10 успокаиваются.  
**7.** В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо «выпускать» эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бегает - это ему необходимо.