

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ.

Уважаемые родители, Вам хочется, чтобы ваш ребенок адаптировался к саду быстрее и легче чем он должен адаптироваться по прогнозу. Для этого необходимо знать, как подготовить ребенка к поступлению в сад, как надо вести родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОО. Как надо вести себя родителям в этот сложный период.

КАК НАДО родителям готовить ребёнка к поступлению в ДОО:

- ◆ Тренировать, буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.
- ◆ Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с ДОО.
- ◆ Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям и своевременно принять меры при неудовлетворительном прогнозе.
- ◆ Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
- ◆ Отправить ребенка в ДОО лишь при условии, что он здоров.
- ◆ Не отправлять ребенка в детский сад в разгаре кризисе трех лет.
- ◆ Заранее узнать все новые моменты в режиме дня ДОО и ввести их в режим дня ребенка дома.
- ◆ Повысит роль закаливающих мероприятий.
- ◆ Оформит в детский сад по мету жительства.
- ◆ Как можно раньше познакомит малыша с детьми в ДОО и воспитателями в группах, куда он в скором времени пойдет.
- ◆ Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- ◆ Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в ДОО.
- ◆ Раскрыть ребенку «секреты» возможных навыков общения с детьми или взрослыми людьми
- ◆ Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- ◆ Не угрожать ребенку ДОО как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.
- ◆ Чтобы ваш ребенок был, как надо подготовлен к ДОО, прослушать цикл лекции в детской поликлинике по адаптации детей к ДОО.
- ◆ Готовить вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой.
- ◆ Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в ДОО.
- ◆ Планировать свой отпуск, чтобы в первый месяц посещения ребенка нового организованного коллектива у Вас была бы возможность оставлять его там, на целый день.
- ◆ Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как и прежде дорог и любим.

- ◆ Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он вырос до сада и стал таким большим.

КАК НАДО родителям вести себя с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОУ.

- ◆ Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
- ◆ Создать спокойный бесконфликтный климат для него в семье.
- ◆ Щадить его ослабленную нервную систему. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
- ◆ На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- ◆ Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
- ◆ Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- ◆ Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как в ДОУ.
- ◆ Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за капризы.
- ◆ При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу.
- ◆ При выражении невротических реакций оставить малыша на несколько дней дома и выполнить все предписания врача.

КАК НЕ НАДО вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОУ

- ◆ В присутствии ребенка плохо говорит о ДОУ.
- ◆ «Наказывать» ребенка ДОУ и поздно забирать домой.
- ◆ Мешать его контактам с детьми в группе.
- ◆ Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему. Водить ребенка в многолюдные и шумные места.
- ◆ Все время кутать, одевать не по сезону.
- ◆ Конфликтовать с ним дома.
- ◆ Наказывать за капризы.
- ◆ В выходные дни резко изменять режим дня ребенка.
- ◆ Все время обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с ДОУ.
- ◆ Не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка.
- ◆ Не выполнять все предписания врача.
- ◆

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

- **хороший аппетит,**
- **спокойный сон,**
- **охотное общение с другими детьми,**
- **адекватная реакция на любое предложение воспитателя,**
- **нормальное эмоциональное состояние.**