

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ №15 «РАКЕТА» ГОРОДА КАЛУГИ

*Психолого-педагогические рекомендации для
родителей по успешной адаптации ребенка
к дошкольному образовательному
учреждению.*

ХАРАКТЕР И ДЛИТЕЛЬНОСТЬ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА ЗАВИСЯТ ОТ РЯДА ПРИЧИН:

- ВОЗРАСТ РЕБЕНКА;
 - ВРОЖДЕННЫЙ ТЕМПЕРАМЕНТ РЕБЕНКА;
 - СФОРМИРОВАННОСТЬ У НЕГО ПРЕДМЕТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.
-

-
1. Не допускайте высказываний сомнения и сожаления при ребенке о том, что его приходится отдавать в детский сад.
 2. Формируйте у ребенка положительное отношение к детскому саду.
 3. Формируйте у ребенка положительный образ воспитателя. Доброжелательное отношение к педагогу со стороны мамы поможет малышу легче наладить контакт, быстрее принять нового взрослого.

-
4. Постепенно приближайте домашний режим дня к режиму детского сада.

 5. Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить данную привычку и предоставить ему возможность уснуть самостоятельно. Ломка сложившихся стереотипов при укладывании спать приводит адаптирующегося ребенка к негативным реакциям. Поэтому лучше это сделать в домашних условиях, не торопясь, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

-
6. Следует пересмотреть домашнее меню, приучать детей есть разнообразные блюда, ежедневно употребляя супы, каши. Приблизить домашний рацион питания к рациону питания детского сада.
 7. Приучайте к самообслуживанию, поощряйте попытки самостоятельных действий. Ребенок, умеющий самостоятельно есть, одеваться и раздеваться не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослого, что положительно скажется на его самочувствии и облегчит процесс адаптации.

-
8. Развивайте у ребенка навыки предметной деятельности. Умение самостоятельно играть поможет ребенку отвлечься от переживаний, на какое-то время сгладить остроту отрицательных эмоций.
 9. По возможности расширяйте круг общения, рамки социального опыта ребенка. Научите ребенка – как подойти, познакомиться, предложить свои игрушки, попросить, поблагодарить. Учите обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего. Поощряйте обращение ребенка к другим людям за помощью и поддержкой.

-
10. Расскажите об индивидуально-психологических особенностях ребенка педагогу.
 11. Желательно, чтобы впервые дни малыш брал с собой в садик любимую игрушку.
 12. Не стоит сразу оставлять малыша в саду на целый день! Увеличивайте время пребывания в группе постепенно. В течение первой недели – не более 3-х часов в день. Увеличивайте время нахождения в группе только в случае хорошего эмоционального состояния малыша.

13. Не уходите тихо и незаметно, пока ребенок отвлекся. Будьте спокойны, настойчивы и доброжелательны одновременно, ребенок чувствует ваше настроение. И ваше спокойствие обязательно ему передастся. Чтобы не вызывать у ребенка тревоги и напряжения, не следует прижимать его к себе, брать на руки во время расставания.

14. Во время адаптационного периода важно создать дома спокойную обстановку и с пониманием относиться к немотивированным капризам ребенка.



*Занятия для родителей
«Мамина школа психологии».*

Цель: психолого –педагогическое сопровождение родителей, способствующее снятию повышенной родительской тревоги в период адаптации детей к ДОУ.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

**Запаситесь терпением, и детский сад
будет привычным и уютным миром
для вашего малыша!**

