

- Обязательно смотрите рисунки и поделки своих детей. Непременно похвалите ребенка, восхититесь его умениями. Это придаст ему уверенности в себе.

- Не пугайте ребенка детским садом, чтобы у него не сложилось негативного отношения к детскому саду.

- Прислушивайтесь к советам воспитателей, так как они с вашим ребенком находятся большую часть времени и готовы помочь вам.

*Уважаемые родители, если вы будете придерживаться наших рекомендаций, то ваш ребенок быстрее адаптируется в детском саду.*



И еще один совет, который поможет и вам и ребенку пережить непростой период привыкания к новым условиям жизни: найдите спокойное уединенное место и 5 мин свободного времени. Вдохните носом воздух, выдохните ртом. Закройте глаза. Дыхание спокойное. Представьте своего ребенка, его личико, его одежду, вообразите его играющим в группе. Мысленно передайте ему свою любовь, силу, исходящую от вас... Откройте глаза, улыбнитесь.

*Удачи вам и вашим малышам в привыкании ко второму дому — детскому саду.*

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 116»

## ПАМЯТКА

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ  
РАННЕГО ВОЗРАСТА





**Рекомендации родителям  
об адаптации детей  
к детскому саду**

Быть родителями — это искусство. Однако если художниками рождаются, то родителями становятся. Главное в этом процессе — проявить чуткость, понять переживания своего ребенка, суметь встать на его место, особенно в критические для него периоды, одним из которых, несомненно, является период привыкания ребенка к детскому саду.

Первое, что должны уметь родители, — быть спокойными во взаимоотношениях с малышом, уравновешенными и доброжелательно настроенными к детскому саду и его воспитателям. Ребенку непременно передадутся эти чувства. Ваш образ жизни — семейная атмосфера, установки, ценности и взаимоотношения в семье являются главными факторами в развитии личности ребенка. Дети воспринимают нормы поведения в обществе, усваивая таковые в семье, на ее примере они учатся взаимодействию с людьми. Плохое поведение ребенка чаще всего свидетельствует о том, что он не чувствует себя защищенным.

Ребенок учится тому,  
Что видит у себя в дому.  
Родители-пример ему.

Уважаемые родители, дайте ребенку понять, что он занимает в семье очень важное место, что он любим, что его интересы — это ваши интересы.

Чтобы ваш ребенок привыкал к детскому саду безболезненно, рекомендуем следующее.

Придерживайтесь дома режимных требований данного учреждения:

- завтрак в 8.30, обед в 11.45, сон с 13.00 до 15.00
- заранее ознакомившись с меню детского сада,

по возможности готовьте дома некоторые блюда (включая полный набор - первое, второе, третье);

- позаботьтесь о навыках самообслуживания у ребенка;
- подберите ребенку удобную одежду и обувь, чтобы они соответствовали нужному размеру. Желательно надевать ребенку носки и хлопчатобумажные колготки, их легче снять и надеть, в них не потеют ножки;
- собирая ребенка в детский сад, не торопите его, при этом не раздражайтесь сами;
- приводите ребенка в детский сад заблаговременно, чтобы он успел поиграть в игрушки до завтрака;
- ребенок должен постепенно привыкать к режиму в детском саду: приведите его вначале на 2 ч, постепенно увеличивая время его пребывания в детском саду до обеда, и только потом оставляйте на целый день;
- приучайтесь с первого дня посещения ребенком детского сада соблюдать порядок и аккуратность в детском шкафчике. Все вещи должны висеть на пришитых петельках, лишних вещей в шкафу быть не должно. Все вещи должны быть заранее помечены, чтобы без труда ребенок и воспитатель могли их найти;
- если до посещения детского сада вы не отучили ребенка от вредных привычек, то во время адаптации нельзя сразу отнимать ребенка от пустышки, бутылки и т.д.

Необходимо рассказать воспитателю об индивидуальных особенностях ребенка, чтобы воспитателю было легче найти к нему подход. Можете дать ребенку в сад его любимую игрушку, она будет напоминать ему о доме.

• Придя с ребенком в детский сад и раздев его, будьте спокойны при прощании: тревожное состояние матери неблагоприятно влияет на ребенка.

• Ребенок должен слышать правильное обращение родителей к воспитателям (по имени и отчеству). Учите его тому же.