

## Как облегчить утреннее расставание с ребёнком перед детским садом:

- Научитесь прощаться с ребенком быстро. Не затягивайте расставание. Уходя-уходите!

- Положите малышу в кармашек какую-нибудь вещицу, которую вы и о том, как сил

-Никогда не прощайтесь незаметно от ребёнка, если он вам доверял.

-Можно придумать ритуал прощания и строго

- Не пытайтесь обмануть ребёнка, что вы идёте в сад за новой игрушкой.



## Как помочь ребёнку адаптироваться к детскому саду?

❖ *Советы родителям*



Педагог-психолог  
Ерохина Анна Валерьевна  
89108598448

## Рекомендации родителям по подготовке ребёнка к детскому саду:

Каждый день оставляйте время на беседы с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен и почему мама хочет его поведать.

Заранее спланируйте прогулки на территории выбранного учреждения. Акцентируйте внимание ребенка на том, что скоро он сможет здесь гулять и играть вместе со всеми детьми и воспитателем.

С гордостью рассказывайте своим знакомым в присутствии малыша, что он уже подрос и готовится ходить в детский сад.

Почитайте стихи или детские истории о детском саде, покажите картинки.

Играйте с ребенком дома в игру "Детский сад".

Чтобы часть семейной атмосферы была с малышом, позвольте ему брать с собой любимые игрушки. Научите его делиться ими с другими детьми.



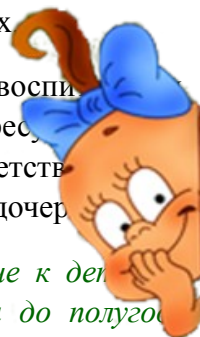
Обговорите с малышом, как вы будете прощаться и как встречаться в детском саду. Попробуйте их в будущем придерживаться.

Придерживайтесь дома установленного режима в ДОУ для детей даже в выходные дни.

Обязательно поговорите с малышом о роли воспитателя. Научите ребенка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях.

Поддерживайте отношения с воспитателем и другими родителями. Интересуйтесь, кем ваш малыш дружит, приветствуйте и поощряйте дружбу сына или дочери.

*Помните, что на привыкание к детскому саду может потребоваться до полутора месяцев. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.*



## Факторы, негативно влияющие на адаптацию дошкольника

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка в период адаптации:

- Тревога, связанная со сменой обстановки;
- Нарушение личного режима дня ребенка, что может спровоцировать нежелание идти в детский сад;
- Отрицательное первое впечатление от посещения детского сада;
- Психологическая неготовность ребенка к детскому саду. Чаще всего это происходит, когда ребенку не хватает эмоционального общения с мамой.
- Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду.
- Избыток впечатлений. В детском саду малыш испытывает много новых переживаний, он может переутомляться, а потому - нервничать, плакать, капризничать.

