

Памятки родителям детей раннего возраста (1-3 года) для адаптации в детском саду

Что делать, если ребенок начал ходить в детский сад:

1. Установите тесный контакт с работниками детского сада. 2. Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. 3. Не оставляйте ребенка в саду более чем на 8 часов. 4. Сообщите воспитателям о привычках и склонностях ребенка. 5. С 4-го по 10-й день лучше сделать перерыв в посещении детского сада. 6. Поддерживайте дома спокойную обстановку. 7. Не перегружайте ребенка новой информацией. 8. Будьте внимательны к ребенку, заботливы и терпеливы. 8. Посещайте со своим ребёнком *психологическую детско-родительскую группу «Малышок»*.

Что делать, если ребенок плачет при расставании с родителями:

1. Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду. 2. Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства. 3. Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то домашний предмет. 4. Принесите в группу свою фотографию. 5. Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания (например, воздушный поцелуй, поглаживание по спинке). 6. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада. 7. После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте ребенку возможность поиграть в подвижные игры. 8. Устройте семейный праздник вечером. 9. Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу. 10. Будьте терпеливы.

Что делать, если ребенок не хочет идти спать:

1. Замечайте первые признаки переутомления (капризничает, трет глаза, зевает). 2. Переключайте ребенка на спокойные игры (например, совместное рисование, сочинение историй), попросите ребенка говорить шепотом, чтобы не разбудить игрушки. 3. Напоите малыша за 1 час до сна молоком с мёдом или детским успокаивающим чаем (если - аллергия на молоко или мёд). 4. Во время вечернего туалета дайте ребенку возможность поиграть с водой (в воду добавляйте морскую соль или хвойный экстракт). 5. Оставайтесь спокойным, не впадайте в ярость от непослушания ребенка. 6. Погладьте ребенка перед сном, сделайте ему массаж. 7. Спойте ребенку песенку. 8. Пообщайтесь с ребенком, поговорите с ним, почитайте книгу.

Что делать, если ребенок не хочет убирать за собой игрушки:

1. Твердо решите для себя, необходимо ли это. 2. Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи. 3. Убирайте игрушки вместе. 4. Убирая игрушки, разговаривайте с ребенком, объясняя ему смысл происходящего. 5. Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте. 6. Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием ребенка спать. 7. Учитывайте возраст и возможности ребенка.