



☺ Ваш малыш скоро пойдет в наш детский сад? ☺

Тогда эта памятка для Вас!

Чтобы ребенок чувствовал себя более комфортно и легче адаптировался к новым для него условиям - к детскому саду, желательно придерживаться следующих рекомендаций:

- Приучайте ребенка к САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ в сфере ГИГИЕНЫ и САМООБСЛУЖИВАНИИ.
- Следует отказаться от ПАМПЕРСОВ и СОСОК за летний период.
- Постепенно приучайте малыша к РЕЖИМУ детского сада:  
с 8.20 - завтрак с 12.00 - обед с 12.30- 15.30 - дневной сон
- Пища должна быть знакома ребенку. Предлагаем ознакомиться с МЕНЮ детского сада на сайте ДОУ: <http://102.dou.spb.ru/>
- Можно дать ребенку в период адаптации с собой в сад любимую ИГРУШКУ.
- Продумайте РИТУАЛЫ прощания и встречи с ребенком.
- Принесите ФОТО СЕМЬИ в группу.
- Если ребенок утром плачет, можно приводить его несколько раньше или позже, чем основной поток детей.
- Интересуйтесь у воспитателя: «Как провел день ваш малыш?»
- Если ребенку утром тяжело отсоединиться от мамы, можно попробовать, чтобы в садик отводил малыша другой член семьи, к которому ребенок не так привязан.
- Не позволяйте ребенку манипулировать взрослыми.
- Воздержитесь на период адаптации от слишком тяжелых для малыша увеселительных мероприятий и шумных компаний.
- Желательно исключить просмотр телевизора ребенком на этот период.
- Постарайтесь ДОВЕРИТЬСЯ опытным воспитателям.
- Проявляйте ТЕРПЕНИЕ и ЛЮБОВЬ к своему малышу!
- Больше общайтесь со своим ребенком, улыбайтесь ему!
- Используйте больше телесных ласк (обнимайте, гладьте по головке, целуйте)!
- Чаще говорите малышу, что Вы его любите!



На сайте ДОУ:

<http://102.dou.spb.ru/>



Вы можете найти информацию:

- Как надо родителям готовить ребенка к поступлению в детский сад
- Советы родителям в период адаптации ребенка к детскому саду
- Техника позитивного расставания

С уважением, педагог-психолог ГБДОУ № 102

Вместе с детьми в домашней обстановке рекомендуем к просмотру мультфильмы, посвященные адаптации детей к детскому саду, и, в целом, для создания положительного образа детского сада:



- 1) *«Как Петя Пяточкин слоников считал»*
- 2) *Дети в саду и Барбоскин: «В Детский сад с улыбкой»*
- 3) *Три котенка: «Пойдем в детский сад»*
- 4) *«Каприз»*
- 5) *«Дед Мороз и лето»*
- 6) *Свинка Пеппа: «Детский сад»*
- 7) *«Принцесса, которая не хотела идти в детский сад»*

### Литература по теме:

- *Алямовская В.Г. Ясли – это серьезно. – М.,1999*
- *Вавилова Н.Д. Ребенок поступает в детский сад. – М.,1983*
- *Калинина Р. Ребенок пошел в детский сад. Дошкольное воспитание. – 1998 – №4*

Успехов Вам в воспитании ваших детей!

Любите их просто за то, что они у Вас есть!

