|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1. Как же надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад?*** Старайтесь сами не нервничать и не показывать свою тревогу! Это **ОЧЕНЬ ВАЖНО!**
* Создайте дома режим дня такой же, как в детском саду.
* Эмоционально поддерживайте малыша (обнимайте, поглаживайте, целуйте)
* Будьте терпимы к капризам, не наказывайте за это.
* Не наказывайте и не пугайте детей детским садом или «злым воспитателем» (к примеру, «Не съешь кашу - оставлю тебя в садике»)

**3. «Ритуал» помогает ребенку ДОВЕРЯТЬ взрослому.**«Ритуал» - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:- на три минутки берет малыша на руки; - целует и говорит, куда уходит и когда придет; - дает ребенку его маленькую игрушку и говорит "пока-пока"; - если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;- уходит. | Памятка для родителейC:\Users\admin\Desktop\ПСИХОЛОГИЯ\Для адаптации на сайт.jpg ***Советы психолога для легкой адаптации ребенка в детском саду.******Педагог-психолог 1 кв.категории******МБДОУ «Полянский детский сад «Сказка»******Рындина Марина Олеговна******Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым:******ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.*** | **2. Как лучше прощаться с ребенком?*** Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше.
* Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в магазин за покупками», или «Я иду на работу»
* Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам. Можно сказать: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь».
* Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: «Ты будешь с воспитателем Анной Григорьевной и другими детками. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать».
* Не обещайте ребенку «призов» за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом.

**4. Фразы, которые НЕЛЬЗЯ говорить ребенку в период адаптации.**«Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?»;«Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!»;«Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!»; «Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!»; «Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!». Важно помнить: ***эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК.*** Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. ***Желаем Вам легкой адаптации!*** |