

Памятка для родителей

Как исключить стрессовые ситуации в период адаптации ребёнка к детскому саду.

- Очень важно, чтобы малыш пошёл в ясли абсолютно здоровым

сделать необходимые профилактические прививки за 1 месяц до поступления ребёнка в детский коллектив

- Дома создать ребёнку условия, максимально приближенные к условиям детского сада

малыш должен привыкнуть спать, есть, бодрствовать именно в те часы, которые приняты в соответствующей возрастной группе детского учреждения

- Большое внимание уделите своевременному формированию навыков самообслуживания

малыш должен уметь в определённом возрасте пить из чашки, есть ложкой, пользоваться горшком, одеваться и раздеваться

- Дома приучите ребёнка к определённой температуре воздуха в помещении

дома должно быть не выше 22 С, чтобы малыш не испытывал в детском саду состояние теплового дискомфорта; не кутайте, правильно одевайте его

- Первое время ребёнка лучше приводить в группу всего на несколько часов

постепенно увеличивая время нахождения ребёнка в группе, поможет малышу легче привыкнуть к коллективу

- Создайте щадящий режим дома

больше занимайтесь с малышом, гуляйте, играйте в тихие игры, рассматривайте картинки, раньше укладывайте спать

- К возможным капризам ребёнка в это время будьте более снисходительными

- В домашних условиях постарайтесь компенсировать возможное недоедание и недосыпание в детском саду

- В период привыкания ребёнка не следует ходить с ним в гости и другие общественные места

это создаёт дополнительную нагрузку на нервную систему малыша

- Утром, приведя ребёнка в ясли, поставьте в известность персонал группы об изменениях в поведении и состоянии малыша

это поможет выработать совместную тактику поведения и обращения с ребёнком