АДАПТАЦИЯ

(памятка для родителей)

1. Проконсультируйтесь у психолога по вопросам адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

2. Желательно, чтобы начало посещения детского сада не пришлось на эпикризные сроки: 1 год 3 месяца, 1 год 6 месяцев, 1 год 9 месяцев, 2 года 3 месяца, 2 года 6 месяцев, 2 года 9 месяцев, 3 года.

3. Отправляйте ребенка в ДОУ только здоровым.

4. Заранее узнайте у врача, какой тип адаптации возможен у ребенка, и своевременно примите все меры при неудовлетворительном прогнозе.

5. Тренируйте буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребенка и приучайте его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.

6. Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в ДОУ и введите их в домашний распорядок дня.

7. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих вас проблем, связанных с детским садом.

8. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у вас была возможность не оставлять его на целый день.

9. Как можно раньше познакомьте малыша с детьми и воспитателями группы, в которую он в скором времени придет.

10. Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

11. Подчеркивайте, что ваш ребенок как прежде дорог вам и необходим.