

## КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ

### БЫСТРЕЕ ПРИВЫКНУТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребёнка к детскому саду, он чувствует Ваши переживания.
2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (чмокнуть в щёчку, помахать ручкой), а также ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша в садик должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребёнка, забирайте домой вовремя, как пообещали.
5. Разрешайте ребёнку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.
6. В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка.
8. Не отучайте ребёнка от вредных привычек (сосание соски, качание) в адаптационный период.
9. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
10. На время прекратите с ребёнком посещение многолюдных мест.
11. Будьте терпимее к его капризам.
12. Не пугайте, не наказывайте детским садом.
13. Уделяйте ребёнку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
14. Не скупитесь на похвалу.
15. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

Радуйтесь прекрасным минутам общения со своим малышом!

С уважением, педагог-психолог МБДОУ № 30.