|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **КАК НАДО**  **готовить ребёнка к ДОУ**   * Отправить ребенка в ДОУ лишь при условии, что он здоров. * Составить индивидуальную программу адаптации ребенка к ДОУ с психологом. * Заранее узнать все новые моменты в режиме дня ДОУ и ввести их в режим дня ребенка дома. * Повысить роль закаливающих мероприятий. * Оформить в детский сад по мету жительства. * Как можно раньше познакомить малыша с площадкой для прогулок. * Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе. * Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в ДОУ. * Раскрыть ребенку «секреты» возможных навыков общения с детьми или взрослыми людьми. * Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания (туалет, прием пищи, одевание, раздевание). * Готовить вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. * Планировать свой отпуск, чтобы у Вас была бы возможность не оставлять ребенка в ДОУ, на целый день. * Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как и прежде дорог и любим. * Настраивать ребенка на мажорный лад. * Внушать ему, что это очень здорово, что он вырос до сада и стал таким большим. | **КАК НАДО**  **вести себя с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОУ**   * Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой. * В первые две недели последовательно увеличивать время пребывания в ДОУ с 2 часов до 7 часов в день. * Создать спокойный бесконфликтный климат для него в семье. * Щадить его ослабленную нервную систему. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. * На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач. * По возможности давать ребенку возможность выразить свои эмоции и чувства после пребывания в ДОУ. * Как можно раньше сообщить психологу и воспитателям о личностных особенностях малыша. * Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе. * Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как в ДОУ. * Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за капризы. * При выявленном изменений в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к психологу ДОУ. * При выражении невротических реакций оставить малыша на несколько дней дома. | Уважаемые родители, Вам хочется, чтобы ваш ребенок адаптировался  к садику быстро и легко.  Для этого необходимо знать, как подготовить ребенка к поступлению в сад, как надо вести себя родителям с ребенком в этот сложный период.  **Адаптация** –от лат. «приспособляю» - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях (физиологическом, социальном, психологическом).Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому приспособление организма к новым условиям социального существования, к новому режиму может сопровождаться изменениями поведения ребенка, расстройством сна, снижением аппетита и может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития.  **Как будет проходить адаптация ребенка зависит от состояния его здоровья, возраста, уровня развития, умения общаться со взрослыми и сверстниками, играть, бытовых навыков, приближенности домашнего режима к режиму ДОУ.** |
| **Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**  **детский сад № 563**  **г. Екатеринбург, ул. Уральская, 59а**  ***Рекомендации***  ***педагога-психолога***  ***по адаптации ребенка***  ***к ДОУ***  **C:\Users\40\Desktop\психолог 15-16\картинка на брошюру.jpg**  **Подготовил:**  **Педагог – психолог Южаков Н.В.** | **Первые признаки того, что  ребенок адаптировался:**   * **хороший аппетит** * **спокойный сон** * **охотное общение с другими детьми** * **адекватная реакция на любое предложение воспитателя** * **нормальное эмоциональное состояние** | **КАК НЕ НАДО**  **вести себя с ребенком, когда он впервые начал посещать ДОУ**   * В присутствии ребенка плохо говорить о ДОУ. * «Наказывать» ребенка ДОУ и поздно забирать домой. * Мешать его контактам с детьми в группе. * Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему. Водить ребенка в многолюдные и шумные места. * Все время кутать, одевать не по сезону. * Конфликтовать с ним дома. * Наказывать за капризы. * В выходные дни резко изменять режим дня ребенка. * Обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с ДОУ. * Не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка * Отправлять ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет. * Нервничать и показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в ДОУ. |